



Tibetan Buddhist Resource Center

Text Scan Input Form - Title Page

Work:	W1KG2170	ImageGroup:	I1KG2189
LCCN:	n/a	ISBN:	n/a

Title:	སྟིང་ཐིག་སྟོན་འགྲོའི་ཁྲིད་ཡིག་ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་དང་ལམ་བཟང་ཡེ་ཤེས་སྟིང་པོ། snying thig sngon 'gro'i khrid yig thar lam gsal byed dang lam bzang ye shes snying po/
Author:	འགྲོ་འདུལ་དཔའ་བོ་རྡོ་རྗེ། 'gro 'dul dpa' bo rdo rje
Descriptor:	n/a
Original Publication:	n/a;n/a
Place:	[bla rung sgar]
Publisher:	gser ljongs bla ma rung lnga rig nang bstan slob grwa chen mo
Date:	[200?]
Volume:	1
Total Volumes:	1
TBRC Pages:	2
Introductory Pages:	n/a
Text Pages:	n/a
Scanning Information:	Scanned at M/S Satluj Infotech Images, E-45, Sector 27 Noida, District Gautam Buddha Nagar, U.P. 201301 via New Delhi, IN for the Tibetan Buddhist Resource Center, 150 17th st., New York, NY 10011, U.S.A 2006. Comments: 2009



༡༣། རྟོག་ཐིག་སྒྲིན་འགྲོའི་བྱིད་ཡིག་གར་ལམ་  
གསལ་བྱེད་དང་ལམ་བཟང་  
ཡི་གེས་སླིང་པོ་བཅས་  
བརྒྱགས་སོ། །









༥ མཉམ་མེད་སྟོན་མཆོག་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་ལ་ན་མོ།





༥ མཆོ་འབྲུང་ས་པ་རྒྱ་ཀ་ར་ལ་ན་མོ།

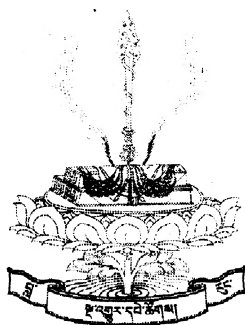






༡༡། གྲོང་ཆེན་སྤྱིང་ཐིག་གི་སྔོན་འགྲོའི་བྲིད་ཡིག་ཐར་ལམ་  
གསལ་བྱེད་དང་བྲིད་ཡིག་ལམ་བཟང་  
ཡེ་ཤེས་སྤྱིང་པོ་བཅས་  
བཞུགས་སོ། །

ཐིག་འཛིན་འགྲོ་འདུལ་དཔལ་བོ་དོ་རྗེས་མཛད།







དཀར་

ཆག

མཛད་པ་པོའི་རྣམ་ཐར་མདོར་བསྟུན།.....༡

གྲོང་ཆེན་སྤྱིང་ཐིག་གི་སྟོན་འགྲོའི་བྲིད་ཡིག་

ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་སྟོན་མེ།.....༢

འོད་གསལ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ཡང་གསང་

སྐྱ་ན་མེད་པ་སྤྱིའི་བྲུད་པར་གྱི་

བྲིད་ཡིག་ལམ་བཟང་

ཡེ་ཤེས་སྤྱིང་པོ།.....༡༢༡



༭། ཨ་འཛོམས་འབྲུག་པ་རིན་པོ་ཆེ་འགོ་འདུལ་དཔལ་པོ་རྟོ་རྟེ་མཆོག་ནི།  
 ཟི་ལིང་མཆོ་སྟོན་ཉེ་ཆར་སོག་པོ་དུ་ར་ཐལ་རིའི་བྱ་བ་གཤམ་ཞེས་པ་མདོ་སྟང་  
 ལི་ཐང་དགའ་འབྲིལ་ཐང་དུ་གཞིས་ཆགས་པའི་མི་རབས་དུག་གི་མཚམས་ཨ་ག་  
 ཞེས་པའི་བྱར་རྩ་སྟག་ལྷ་བ་དུག་པའི་ཆོས་བཙུ་ལའི་རུབ་སྐྱེ་འབྱུངས། ཀུ་ཐོག་དྲི་  
 མེད་ཞིང་སྦྱང་དཔལ་ཆོས་ཀྱི་རྟོ་རྟེ་ཨ་འཛོམས་སངས་རྒྱས་བཀྲ་ཤིས་ཀྱི་སྐུལ་སྐུར་  
 རོས་འཛིན་མཛད། ཁོམ་གྱུབ་ཐོབ་རྒྱལ་བ་བྱང་ཆུབ་ཀྱིས་འབྲུག་པ་དྲུ་དཀར་པོའི་  
 སྐྱེ་བར་བསྟུགས་ནས་ཨ་འཛོམས་འབྲུག་པ་ཞེས་གྲགས། ཞེ་ཆེན་དཔོན་སྐུལ་འགྱུར་  
 མེད་མཐུ་སྟོབས་རྣམ་རྒྱལ་ལས་སྐྱབས་སྟོམ་གསལ་ཏེ། མཚན་བདུ་མདོ་སྟུགས་  
 ལུན་གྱུབ་བཟང་པོར་གསོལ། ཁོང་གི་མནལ་ལམ་དུ་དུང་དཀར་ཆེ་ཆུང་གཉིས་  
 འདུག་པ་ཆུང་བ་དེ་བྱས་བས་དུང་སྐྱས་བོད་ཡུལ་ལྷ་ས་མན་ཆད་ཐོས་པ་ཞིག་རྣམས་  
 བས་བྱ་འདི་རིགས་བཟང་ཡིན་གསུངས། དགྲུང་གྲངས་བཅུ་གཉིས་པར་ཀུ་ཐོག་  
 མི་དུ་རིན་པོ་ཆེ་ཆོས་ཀྱི་སྟོ་གྲོས་ངེས་དོན་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཚན་དཔལ་བཟང་པོའི་  
 དུང་དུ་ཨ་ཁྱུ་དང་སྐྱེ་མཆེད་བཅས་ཐེབས་ནས། སྟོར་གསལ་དོ་རྟེ་སྦྱང་པོའི་ཁྱིད་  
 དུ་ལུགས་པའི་དབང་ལུང་ཁྱིད་བཅས་གསལ་སྐབས་འཆི་བ་མི་དྲག་པའི་གསུང་  
 ཁྱིད་ཀྱི་སྐབས་ནམ་འཆི་མེད་ཀྱི་ཕྱིར་བསྐྱེས་ནས། ཐུགས་སྟོ་སྟེ་ཞལ་རས་མདོག་  
 འགྱུར་བ་དང་བལྟམ་པ་མཛད། མི་དུ་རིན་པོ་ཆེ་ལན་མང་དུ་མཛལ་བའི་ཐ་མར་སྐྱེ་  
 གསུང་ཐུགས་རྟེན་ཕྱིན་ཆེན་གྱིས་གཙོས་པའི་གནང་སྦྱིན་བཅས་བསྟུལ་ནས། ཕྱིན་  
 ཆད་དབང་ལུང་ཁྱིད་གསུམ་འཆད་སྟེལ་དགོས་རྒྱལ་བཀའ་ནན་ཏན་གནང་། དཔལ་  
 ཡུལ་རྒྱ་སྐུལ་མདོ་སྟུགས་བསྟན་འཛིན་དང་། དགོན་སྐུལ་རང་གྲོལ་གཉིས་ལས་  
 གནམ་ཆོས་སངས་རྒྱས་ལག་བཅང་། རྟ་སྦྱིང་ཐུགས་སྐྱབ་སྟོར། མ་ཉིའི་མེང་

གདོར། ཞི་ཁྱོད་གོངས་པ་རང་གོལ། བར་དོ་དྲུག་ཁྱིད་སོགས་དབང་ལུང་རྒྱ་ཆེར་  
གསན། བྲག་དཀར་རི་ཁྱོད་དྲུག་ཕྱོགས་ཀྱི་མཁས་བྲལ་ཆེན་པོ་གྲགས་པ་དོན་  
བྲལ་ཐེབས་པའི་དྲུང་ནས། སྤྱོད་འཇུག་ལེའུ་བཞི། གསང་འདུས་ལྷ་མང་། བདེ་  
མཆོག་དྲིལ་བྱ་ལུགས། མགོན་པོ་དཀར་མཐིང་གི་དབང་ལུང་བཅས་གསན་པས་  
ཐུགས་དགུས་ཚུལ་གྱིས་ཁྱིད་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་སྤྱིད་པ་ཐ་མའི་རིགས་ཅན་དྲུ་  
འདུག་པས། བྱང་རྒྱལ་སེམས་ལ་སྒྲོ་སྒྲོང་གིས་ཞེས་གདམས། ཁྱད་པར་འཇའ་ལུས་  
པ་ཉག་སྒྲ་བརྒྱ་བདུད་འདུལ་དང་མཇལ་ཏེ། ཁྱོམ་གསེར་གཞུང་དྲུ་འདུལ་མདོ་  
དབང་ཆེན་པོ་གསུངས་པའི་དབང་དཔེ་འབྲལ་རྒྱ་སོགས་ཞབས་ཏྲིག་འབྲལ་དགོས་  
བཀའ་བཞུགས་པས། ཁྱིད་རང་སྐྱེ་ལྷ་ལོ་ཞོག་ལ་བྱིམ་པ་ལོངས་སྐྱེའི་ཆས་  
འཆང་ཞིང་འདོད་ཡོན་ལྷ་ལ་སྤྱད་ནས་མཆོག་དམན་པལ་པ་ཀུན་ལ་རྫོགས་པ་ཆེན་  
པོའི་ཆོས་སྐལ་པ་དང་འཆོམས་པ་འཆད་སྒྲེལ་མཛད་ན་བསྟན་པ་ཉི་མ་གར་བ་ལྟར་  
འབྱུང་བར་ལུང་བསྟན་ཀྱང་། སྐྱ་རྒྱུང་དུ་ནས་དགེ་སྦྱོང་བསོད་སྟོམས་ལ་བརྟེན་པ་  
ཞིག་གིས་འཆི་ཁ་མི་འགྱོད་པའི་ཐབས་ལ་ཐུགས་འདོད་ཆེ་བས། ཁྱིམ་ཐབས་  
བཟུང་མི་དགོས་པར་གནང་བ་ཡང་ཡང་ཞུས་པས་མཐར་ཉམས་ཞིག་ན་མ་བྱས་ཐབས་  
མེད་གྱིས་སྐྱ་པ་ཞག་རྒྱ་སོགས་དབང་མེད་ཅིག་རེད་འོང་དེ་དུས་རིམ་གྱིས་གསལ་  
འོང་གསུངས། ཟབ་ཆོས་མཁའ་བྱུང་རང་གོལ་གྱི་དབང་ཁྱིད་ལུང་བཅས་བུམ་པ་  
གང་བྱོས་ཚུལ་དྲུག་ནང་། ཆོས་བདག་དྲུ་ལུང་བསྟན། རྒྱར་སི་དྲུ་རིན་པོ་ཆེས་འཇམ་  
མགོན་མཁའ་བརྩེ་ལས་དབང་རྒྱས་པ་ཞིག་ཨེ་ཐོབ་ལྟོས། ད་ལྟ་ཁམས་ཕྱོགས་འདིར་  
བུམ་པ་ལག་དྲུ་ལེན་གེས་པ་ཁོང་ཙམ་ཡིན་ཞེས་བཀའ་བསྩལ་བ་བཞིན། གངས་  
ཅན་བསྟན་པ་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་གིང་རྟ་འཇམ་དབྱངས་མཁའ་བརྩེ་དབང་པོའི་དྲུང་

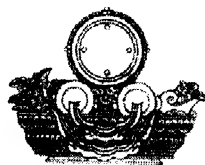
དུ་ལན་གངས་ཉི་ཤུ་ཅུ་བདུན་གྱི་བར་སྐྱ་བཙར་ཞུས་པས་སྤྲུགས་དབྱེས་ཚུལ་གྱིས་  
 དབང་ལུང་གིན་ཏུ་མང་པོ་དང་། བྱད་པར་སྡིང་ཐིག་མ་བྱ་སོགས་འོད་གསལ་གསང་  
 བ་སྡིང་ཐིག་གི་རྒྱད་ལུང་མན་རག་ཐམས་ཅད་ལྷག་མེད་བུམ་པ་གང་བྱོས་གནང་སྟེ།  
 བན་སྤྲུགས་ཀྱི་སྐས་གཅིག་ཏོགས་པ་དོན་གྱི་རྒྱལ་ཚབ་ཏུ་མངའ་གསོལ། དཔལ་  
 སྤུལ་ཚོས་ཀྱི་དབང་པོས་གིན་ཏུ་སྤྲུགས་བཅེ་ཆེན་པོ་གནང་ནས་སྟོན་འགྲོ་ཀྱན་བཟང་  
 གྲ་མ། སྟོང་སྡིང་ཅུ་རྒྱུད་གི་སྡིན་ཁྱིད་འབྲུལ་འཁོར་བཙས། ཁྱིད་ཡིག་ཡེ་ཤེས་སྒྲ་  
 མའི་ཉམས་ཁྱིད། བཟང་སྟོན་གྱི་ཁྱིད་ཞིབ་རྒྱས་སུ་མཛད་ནས་སྟོབ་མ་སྟོང་བར་  
 བཀའ་ནན་བསྟུལ། གཞུག་རྒྱ་དཔོན་པོ་འཛིགས་མེད་ལས་འབྲུལ་ཞིག་དབང་དུག་  
 རྒྱ་མཚོའི་གཙོད་གྱི་དབང་ཁྱིད། སྟོ་བུལ་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ་ལུང་ཏོགས་ལས་ངལ་གསོ་  
 སྟོར་གསུམ། མཛོད་བདུན། སྡིང་ཐིག་ཡ་བཞི་དང་། སྟོན་འཇུག་གི་བཤད་པ་ཆར་  
 གཉིས་བཙས་ཞིབ་རྒྱས་སུ་གསན། འཇམ་པའི་དབྱངས་མི་པམ་རིན་པོ་ཆེ་ལས་ས་  
 ར་ཉའི་དོ་ཉ། བདེ་གསེགས་སྡིང་པོའི་སྟོང་ཐུན། མདོ་སྟུང་པའི་འགྲེལ་པ། དེས་  
 ཤེས་སྟོན་མེ། བསམ་པ་སྦྱར་འབྲུབ་གསུང་བཤད་བཙས་དང་། འཛིགས་མེད་རྒྱལ་  
 བའི་སྦྱ་གྲུའི་ཡང་སྟོན་མཚམས་སྤུལ་ཀྱན་བཟང་བདེ་ཆེན་རྟོ་རྟེ་ལས། མཁའ་འགྲོ་  
 སྡིང་ཐིག་གི་དབང་ལུང་། ཀྱན་བཟང་སྒྲ་མའི་ཞལ་ལུང་བཙས་དང་། མི་ཉག་མཁན་  
 པོ་ཚོར་བྱ་བསྟན་འཛིན་ལས་ཀྱན་བརྟུས་ཆ་ཆར་། རྟེ་ཉིད་གྱི་གསར་བསྐྱིགས་སྤྲུགས་  
 རྟེ་ཆེན་པོ་དང་ཆོ་རྒྱུ་བསྟོགས་བསྟུས་གྱི་དབང་ཁྱིད། མདོ་མཁྱེན་བཙུའི་སྐས་རྟོ་  
 དུག་མཁན་ཐུར་རྒྱལ་སྐས་རྣམ་རྒྱལ་ལས་བྱང་གཏེར་དབང་ཚོས། ཀམ་ཐོག་སི་ཏུ་  
 ཚོས་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ལས་མཁྱེན་བཙུའི་རིན་པོ་ཆེའི་དགོངས་གཏེར་ཅུ་གསུམ་འོད་གསལ་  
 སྡིང་ཐིག་གི་དབང་ལུང་། རྟེ་དཔོན་བསྐྱ་རྒྱལ་མཚན་ལས་སྡིང་རྒྱུད་དང་། དག་ཅེའི་

བརྗེ་ཏའི་བཀའ་འབུམ་ལུང་། རོར་ཁང་གསར་མཁན་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཛན་  
 ལས་མཁའ་སྟོད་སྟོར་གསུམ་བེའུ་བུམ་བཅས། མེ་ཉག་མཁན་པོ་ལས་ཡོན་ཏན་  
 མཛོད་རང་འགྲེལ་རྩ་བ་དང་། རྟོག་པ་འགྲེལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་རྒྱ་ཐིགས་བཅས། གླིང་  
 ཚང་མཁན་པོ་རྒྱལ་ཁྲིམས་རྒྱ་མཚོ་ལས་རྒྱལ་བའི་བཀའ་འབྱུར་རིན་པོ་ཆེ་དང་།  
 ཀམ་ཐོག་མཁན་སྒྲལ་བཟང་དབང་ལྷག་ལས་བསྟན་འབྱུར་ལུང་རྒྱན་གང་བཞུགས་  
 ཐམས་ཅད་གསན། གཏེར་ཆེན་ཨོ་རྒྱན་རིན་ཆེན་གླིང་པའི་ཟབ་གཏེར་གྱི་རྩ་བའི་  
 ཆོས་བདག་ཏུ་བསྟགས་ཏེ་གཏེར་ཆོས་ཡོངས་རྫོགས་གསན་པས་བྱགས་ཡིད་གཅིག་  
 འདྲེས་སུ་གྱུར། རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ཁོ་ན་ཉམས་བཞེས་ཀྱི་བྱགས་དམ་གཅིག་ཏུ་བྱིལ་  
 བས་སྒྲུང་བཞིའི་པ་མཐར་སོན། སྒྲ་ཐྱིར་དགོན་པའི་འདུས་ཆོགས་འདྲིན་སྦྱང་  
 དགོས་རྒྱལ་ཁྲུ་མཁན་དུ་མ་བྱུང་ཡང་ཞལ་གྱིས་མ་བཞེས། མཐུན་སྦྲེན་མཐའ་གཉིས་  
 སུ་མ་བྱུང་བ་ཙམ་ལས་གསོག་འདོག་དང་སྒྲ་བྱང་ཆེན་པོ་མ་མཛད། དགྲུང་བྱངས་  
 སོ་གཉིས་ཐོག་ཀུན་མཁྱེན་འདིགས་མེད་གླིང་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲུམ་རྗེས་སུ་བཟུང་  
 སྟེ་རྟོགས་པ་ན་སྤར་བ་དང་། སྒྲ་མ་དང་ལྷག་པའི་ལྷ་དུ་མས་རྗེས་སུ་བཟུང་། ཐྱིའི་  
 ལུང་བསྟན་དུས་བབས་བཞིན་རྟེན་སྟགས་འཆང་དབུ་རལ་ལྷ་ཐོད་དཀར་པོ། གཟི་  
 བྱུར་དང་གཏུ་སོགས་ཀྱི་མགུལ་རྒྱན་ན་བཟང་བོད་ཚར་བཞེས་པ་སོགས་རྒྱལ་པོ་  
 རོལ་པའི་ཆས་ཡིན་ཞེས་སྒྲ་ཆས་བསྐྱར་ཏེ་བཞུགས། ཟབ་གཏེར་གྱི་ཁ་བྱང་དང་  
 གསལ་སྒྲུང་བྱང་ཡང་གྲོ་ཡོད་བྱག་རྟོར་བཀའ་ཐང་སོགས་དགོངས་གཏེར་ཁ་གས་  
 ལས་རྩལ་འདོན་མ་གནང་། ཀམ་ཐོག་སི་རུ་ཆོས་ཀྱི་སྟོ་གྲོས་དང་། ཀུན་གཟིགས་  
 མཁྱེན་བཅེ་རིན་པོ་ཆེ། དཔལ་སྒྲལ་རིན་པོ་ཆེ་གཙོས་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་མགྲིན་  
 གཅིག་ཏུ་ལུང་བསྟན་པ་ལྟར་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་བཀའ་གཏེར་གྱི་དབང་དང་ཁྱད་པར་



སྒྲིབ་བྲིད་ཞིབ་རྒྱས་དྲུག་ཏུ་གྲག་པར་བསྟུལ་བས། རྩ་བྱིར་སྒྲིབ་ཆེན་དམ་པ་ཀའདཔལ་  
 ཞེ་ཚོགས་ཀྱི་སྒྲ་སྒྲུལ་ཆེ་སྒྲ་མང་པོ་དང་། མདོ་མཁའ་བཙུང་འཇམ་མེད་ཀྱི་སྒྲ་སྒྲུལ་  
 མཁའ་བྱུང་སྒྲུལ་སྒྲ་རྒྱལ་སྒྲ་སྒྲུལ་རྒྱལ་། འབྲས་སྒྲོངས་པ་ཐུབ་བསྟན་ཆོས་ཉིད།  
 རོར་ཐར་ཅེ་མཁའ་ཆེན། རྩེ་གཞུང་སྒྲུལ་སྒྲ་འཇམ་དབྱངས་བསྟན་འཛིན་སོགས་  
 དང་། གཡུང་དྲུང་པོན་གྱི་བསྟན་འཛིན་བཏིང་ཆེན་སྒྲ་སྒྲུལ། རྒྱོན་རྒྱས་སྒྲུལ་སྒྲ་རྒྱས་  
 གཉིས་སོགས་མང་པོ་དང་། བྱུང་པར་ཐམས་ཅད་མཁའ་གཟིགས་ཀའ་ཐོག་སི་ཏུ་  
 པརྩེ་ཏེ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་མཚོ་དང་། བློ་མ་དངོས་བྱོན་གྲུབ་དབང་ཚོགས་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་  
 ཐུབ་བསྟན་ཆོས་ཀྱི་དོ་མཛུགས་རང་རང་གི་གདན་སར་ཆེད་དུ་གདན་འདྲེན་ཞུས་ནས།  
 རྩེ་མས་སྒྲིང་ཐིག་ལ་བཞིན་དབང་བྲིད་ཡོངས་ཚོགས་དང་། བྱི་མས་ཚོགས་པ་ཆེན་  
 པོའི་སྒྲོན་འགོ་དངོས་གཞི་རྩེས་ཀྱི་བྲིད་རིམ་ཞིབ་རྒྱས་སྒྲ་གསན། གདན་ས་དེར་  
 བཞུགས་ཀྱི་སྒྲ་སྒྲུལ་མཁའ་སྒྲོབ་ཐམས་ཅད་ནས་དབང་བྲིད་རྒྱས་བསྟན་ཅི་རིགས་  
 གསན་པ་དང་། དགེ་མང་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ། མཁའ་ཀྱན་དཔལ་སོགས་དང་། ཐུབ་  
 དབང་བྲུ་མ་མཐའ་ཡས་དང་། ཡུང་རྟོགས། གཏེར་ཆེན་བསོད་རྒྱལ་སོགས་ནས་  
 གྲུང་དབང་བྲིད་གདམས་དག་གསན་པས་མཚོན། ཁམས་དབྱུས་གཙང་གསུམ། ཨ་  
 མདོ། རྒྱ་གར་ཁུ་ལུ། རྒྱ་ནག་ལྷོ་འབྲུག་སོགས་ཡུལ་དང་རྒྱ་དུ་རིགས་མི་གཅིག་པའི་  
 རྒྱོབ་མ་ཆེ་སྒྲ་དུ་མ། སྤྱིང་དཀར་ཆོས་རྒྱལ་ཡབ་སྐུ་ལ། ལྷག་ལ་རྒྱལ་པོ་འཛིགས་  
 བུལ་དོ་རྩེ་སྒྲས་མོ་དང་། རྩེ་བཙུན་མཚོ་མོ་སོགས། མི་ཆེན་ནས་བརྩམས། འབངས་  
 མི་ཉམ་རྒྱུད་ཡན་ཆད་ལ་དབང་བྲིད་ཐབ་རྒྱས་ཆེ་སྒྲ་དུ་མས་འབྲེལ་ཆད་དོན་ལྡན་གྱི་  
 སྒྲིན་ལས་མཐར་བྱིན་ནས་ཐིག་མཚོག་ཚོགས་པ་ཆེན་པོའི་བསྟན་པའི་ཉིན་བྱེད་  
 ཆོས་གསལ་བར་མཛོད་པའི་སྒྲིན་ལས་མཐར་བྱིན། ཞལ་སྒྲོབ་ཀྱན་ལ་རང་ལ་ཐབ་

གཏེར་གྱི་བཀའ་བབས་སོགས་ཀྱང་བྱང་མོད། མི་ཆོ་རིལ་པོ་སྟོ་གཏད་གཅིག་ཆོག་  
 འོད་གསལ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོར་བྱས་པས་བཀའ་གཏེར་ཉི་བརྒྱད་རིང་བརྒྱད་ཀྱི་  
 ཆོས་གཞན་ལ་འགྲམ་ཆུ་ལྡང་མི་དགོས་པའི་གདིང་རྟེན། བྱིད་ཆོས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་  
 རྫོགས་ཆེན་ལ་གྱིས་དང་བསྐྱེད་པ་མེད་དེས་ཡིན། སྤྱིར་རྒྱ་སྟོན་ཆོས་གསུམ་གྱིས་  
 འབྲེལ་ཚད་གཙོས། ཁོ་པོའི་མིང་ཙམ་ཐོས་པ་ཀུན་ཀྱང་དག་པའི་ཞིང་དུ་ཁོ་པོའི་  
 འདུས་པར་སྐྱེ་བའི་སྟོན་ལམ་རྒྱུད་ནས་ད་བར་བརྟེན་མ་མུང་། རང་གཞན་སྤྱུ་ལའང་  
 དམ་ཆོག་ཉམས་པའི་མི་གཅིག་མེད་པས་གསེགས་དགའ་བཞུགས་སྦྱིད་ཟེར་བ་དེ་  
 ཡིན། ད་ནི་ཁྱད་པོ་སྟོན་པ་ལས་འགོ་བ་དགའ། དར་སྦྱིད་ཀྱི་འགོ་བ་དུང་མུར་  
 གསུམ་འབྲེན་རྒྱར་གྱ་རུས་ལུང་བསྟན་ཡོད་གསུངས། སྤྱུ་གསེགས་ཁར། སྤྱུ་འབྲུལ་  
 ཞེ་ཁྲོ། སྤར་བ་སོགས་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ལྷ་ཆོགས་དང་མཁའ་འགྲོའི་བསྐྱེད་པ་སོགས་  
 ཀྱི་གཟིགས་སྤང་མང་པོ་ཡོད་ཆུལ་རྒྱར་ཙམ་དེ་གསུངས། བམ་བྱེད་ནས་ཤངས་  
 སྟོམ་ནས་འོད་ཀྱི་གོང་བྱ་སྟན་མ་ཙམ་མང་པོ་བྲི་ལི་ལི་བྱུང་བ་དང་བཅས་ཐོ་རངས་  
 དགོངས་པ་དབྱིངས་སུ་བསྟན་སོ།། །





༩༡། རྩོམ་ཆེན་སྒྲིང་གི་གྲིང་གི་རྩོམ་འགྲོའི་བྲིད་ཡིག་ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་

རྩོམ་མེ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

༩༢། ཁ་མོ་གྲུ་རུ་ཡེ། འོ་བོ་སྒྲེ་མེད་ཀ་དག་ཆོས་ཀྱི་སྒྲུ། རང་བཞིན་འགག་མེད་  
ལོངས་སྒྲོད་རྩོགས་པའི་སྒྲུ། ཟུང་འཇུག་ཐུགས་རྩིས་ཀྱན་བྱེད་སྒྲུལ་པའི་སྒྲུ། རྩོ་  
གསུམ་དཔྱེད་མེད་སྒྲུ་མར་གསུམ་ཐུག་འཆོལ། འུས་གསུམ་རྒྱལ་པའི་བསྐྱོད་བ་  
གཅིག་པུའི་ལམ། གསང་མཆོག་ཐེག་ཅེ་འོད་གསལ་རྩོགས་པ་ཆེ། རྩོམ་མཛད་  
བརྒྱད་གསུམ་རིག་འཛིན་རྒྱ་མཆོའི་ཆོགས། ཆོ་རབས་གཏན་གྱི་སྒྱུ་བས་སུ་སྒྲི་བོས་  
མཆོད། འདི་ན་རྩོམ་ཆེན་སྒྲིང་གི་གྲིང་ལེ་ཡི། ཐུན་མོང་རྩོམ་འགྲོ་དག་འདོན་དང་  
འབྲེལ་བའི། བྲིད་རིམ་འཇུག་བདེ་གསལ་བར་བྱེད་བ་ལ། ལྟ་དང་སྒྲུ་མས་བདག་  
རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། འདིར་ཐེག་རིམ་དགུའི་ཡང་ཅེ་འོད་གསལ་རྩོགས་པ་ཆེན་  
པོ་འཕྲད་ཆོག་ཐོས་པ་རང་གོ་ལ་རྩོམ་ཆེན་སྒྲིང་གི་གྲིང་ལེའི་ཐུན་མོང་རྩོམ་འགྲོའི་རིམ་  
པ་འཆད་ཉན་བགྱི་བ་ལ། ཐུན་མོང་བྱིའི་རྩོམ་འགྲོ། ཐུན་མེན་ནང་གི་རྩོམ་འགྲོ། ཉམས་  
ལེན་དངོས་གཞིའི་ཆ་ལག་ཉེ་ལམ་འཕོ་བའི་བྲིད་དང་གསུམ། དང་པོ་ཐུན་མོང་བྱིའི་  
རྩོམ་འགྲོ་ལ་སྒྲོ་ལྟག་བཞི་ཞལ་བྱུང་འཕྲོས་དོན་དང་བཅས་པ། བཤེས་གཉེན་བསྐྱེན་  
རྒྱལ་དང་དུག་གོ་དེ་ལ་བྲིད་ཉན་པའི་རྒྱལ་དང་། བཤད་བྱ་དངོས་གཉིས། བྲིད་ཉན་  
རྒྱལ་ལའང་ཀུན་སྒྲོང་དང་ཀུན་སྒྲོད་གཉིས། དང་པོ་སྒྲོར་བ་སེམས་བསྐྱེད་དམ་པ་  
ཞེས། བསམ་བ་རྒྱ་ཆེ་བ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་དང་། ཐབས་རྒྱ་ཆེ་བ་གསང་  
བ་སྐྱགས་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་གཉིས། དང་པོ། སེམས་ཅན་མ་རུ་ཤེས་པ། དེའི་དྲིན་དྲན་པ།  
དྲིན་ལན་གཟོ་འདོད་དང་གསུམ། དང་པོ་ལའང་སྒྲི་དང་བྱེ་བྲག་གཉིས་ལས། སྒྲིར་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྒྲེ་བ་ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་ད་ལྟའི་བར་དུ་རང་རྩོམ་ས་  
པན་རྒྱན་པ་མ་དག་གཉེན་སོགས་འབྲེལ་འདྲིས་སུ་མ་གྱུར་པ་འགའ་ཡང་མེད་དེ། བཤེས་  
སྒྲིང་ལས། པ་ནི་བྱ་ཉིད་མ་ནི་རྒྱང་མ་ཉིད། {འཕགས་པ་ཀུན་ནའི་གཞིགས་སྒྲུང་

ལྷ་ར། མཆན། ་་་ གླེ་བོ་དག་གྱུར་པ་དག་བཤེས་ཉིད་དང་། ་་་ ག་པ་ཉིད་དུ་མཆི་  
 བས་དེ་སྤྲད་དུ། ་་་ བ་དག་ན་ངེས་པ་འགའ་མ་མཆིས། ་་་ གེས་སོ། ་་་ ལྷ་ར་རང་  
 རེ་རྣམས་ཐར་པའི་ལམ་ལ་ཁྱལ་ནས་དམ་པའི་ཆོས་ཟབ་མོ་ཉམས་སུ་མ་སྤངས་ན་  
 བྱིས་སུ་ཡང་དེ་ལྷ་ར་ལའོར་བ་མཐའ་མེད་དུ་འབྱུངས་པར་འགྱུར་བ་ནི། ཡང་། རེ་  
 རེས་རྒྱ་མཆོ་བཞི་བས་ལྷག་པ་ཡི། ་་་ འོ་མ་འཕྱངས་ཏེ་ད་དུང་སོ་སོ་ཡི། གླེ་བོའི་རྗེས་  
 སུ་འབྱང་བའི་ལའོར་བ་པས། ་་་ བས་ཆེས་མང་ཉིད་ཅིག་བཏུང་འཆལ་ལོ། ་་་ གེས་  
 སོ། ་་་ བྱེ་བྲག་ད་ལྷའི་མ་འདི་ཉིད་ལས་གྱིས་འཕང་པས་འབྲུ་སྤྱོད་ཡན་ཆད་གྱི་གླེ་  
 གནས་སུ་གྱུར་ཏེ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་མ་བྱས། རང་བྱུར་གྱུར་ཏེ་གི་བའི་རུས་པ་འཐོར་  
 བ་ཕྱོགས་གཅིག་བསྐྱོམ་དུ་ཡོད་ན་དཔུས་གྱི་རི་རྒྱལ་ལྷན་པོའི་ཆད་ལས་འདས་གིང་།  
 དེ་བཞིན་དུ་ས་ཆེན་པོ་འདི་རྒྱ་ལྷག་གི་ཆེ་གྱའི་ཆད་ཅམ་གྱི་རིལ་བུ་དྲིལ་ནས་ཟད་ཟད་  
 པར་གྱངས་བགངས་ཀྱང་བཅི་བའི་ཆད་ཡོད་ན། མའི་ཐུག་མཐའ་ཕྱོགས་གཅིག་དུ་  
 བཅིས་ན་ཟད་པར་མི་འགྱུར་ལ། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། རེ་རེའི་བདག་ཉིད་རུས་པའི་  
 སྤང་བོ་ནི། ་་་ ལྷན་པོ་མཉམ་པ་སྟེན་ཅིག་འདས་གྱུར་ཏེ། ་་་ མ་ཡི་ཐུག་མཐའ་རྒྱ་ལྷག་  
 ཆེ་གྱུ་ཅམ། ་་་ རི་ལུར་བགངས་ཀྱང་ས་ཡིས་ལང་མི་འགྱུར། ་་་ གེས་སོ། ་་་ གཉིས་པ་  
 དྲིན་དྲན་པ་ནི། མ་རུ་གྱུར་པ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་དྲིན་ཆེན་པོས་ནི་བསྐྱུངས། ཡན་པ་ཆད་  
 མེད་པ་བཏགས། གཞོད་པ་ལས་སྒོ་དུ་མ་ནས་བསྐྱབ་པའི་དྲིན་དང་ལྷན་པའི་མ་  
 སེམས་ཅན་འདི་རྣམས་ལམ་སྟོན་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་མ་ཟིན་པས། སྤང་  
 ཏོར་གྱི་གནས་ནི་མི་ཤེས། བདེ་སྤྱག་གི་རྒྱ་གོ་ལོག་དུ་སྤྱོད་པའི་སྒྲོ་ཆབ་ཆེན་པོའི་གོ་ན་  
 གྱིས་ཟིན་པ་ལྷ་བྱུང་མ། ཆོས་གྱི་སྤྱང་བ་དང་ནི་བྲལ། དཔུས་པོང་གོགས་མེད་ཐང་  
 མོང་དུ་ལྷགས་པ་ལྷ་བྱུ་བས་བྲལ་མགོན་མེད་སྤྱག་བསྐྱལ་རྒྱ་འབྱས་གཉིས་གྱིས་  
 ཏག་དུ་མནར་བའི་ཐུག་གཟེར་རྒྱན་མི་འཆད་པའི་ནད་པ་ལྷ་བྱའི་མ་ཆན་སེམས་ཅན་  
 འདི་རྣམས་སྤྱིང་རེ་རྗེས་པའི་སྤྱིང་རྗེ་ཤས་མི་བཟོད་པ་ལྷ་བྱར་སྤྱིང་ནས་བསྐྱོམ། གསུམ་  
 པ་དྲིན་ལན་གཞེ་བ་ནི། སྤྱིང་རྗེ་བ་ཅམ་གྱིས་མི་ཆོག་ དེ་སྟོན་ནི་མ་སེམས་ཅན་སྤྱོམ་



བཏང་སྟེ་སྟུག་བསྐལ་ལའོར་བའི་གནས་སུ་བོད་ཀྱི་རང་དོན་ཞི་བདེ་ལོན་ཆེད་དུ་གཉེར་  
 གུང་འགྲུབ་རྒྱ་སྟུག་བསྐལ་ལས་མེད་པ་འདི་དོ་ཆོ་ལ་འགྲོད་ཆེ། ད་ནི་བདག་གིས་  
 མ་སེམས་ཅན་སྟུག་བསྐལ་དང་བྲལ་ཏེ། གཏན་བདེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་རིན་  
 བོ་ཆེ་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་ཆེད་དུ་སྒྲ་མ་ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་ཏེ་དམ་པའི་ཆོས་ཉན་ནས་  
 ཉམས་སུ་ལེན་ལ། ཆོ་འདིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱའོ་སྟེ་མ་པའི་དམ་  
 བཅའ་དགོས། དེ་འབྲས་བུ་ལ་དམ་བཅའ་བའི་སྒྲོན་སེམས་སམ། བསམ་པ་རྒྱ་ཆེ་  
 བ་བྱང་རྒྱུབ་སེམས་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་ཞེས་དགེ་རྩ་ཐབས་ཀྱིས་ཟིན་པར་བྱེད་པ་སྒྲོར་བ་  
 སེམས་བསྟེད། དངོས་གཞི་ལམ་ཇི་བཞིན་པ་ཉམས་སུ་ལེན་སྐབས་དགེ་རྩ་གང་  
 རྒྱུབ་དམིགས་མེད་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཕྱིས་ཟིན་དགོས་པ་ལ། ད་ལྟ་ཉན་བསམ་གྱི་སྐབས་  
 འདིར་འཆད་འགྲུར་སྟགས་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་གསལ་འདེབས་ནས་ཀུན་སྒྲོང་སྤང་སྤང་  
 རྒྱུ་བ་དམིགས་ཤེས་བག་ཡོད་ཀྱི་སྒྲོན་སེམས་སུ་ལེན་པ་ནི་དགེ་བ་རྒྱུན་གྱིས་མི་བཞིག་  
 པར་བྱེད་པ་དངོས་གཞི་དམིགས་མེད། མཐར་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་པ་གང་ལའང་དགེ་  
 རྩ་གོང་འཕེལ་དུ་སྟེལ་ཞིང་ཡང་དག་པའི་ལམ་དུ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་བསྟོན་བསྟེ་དམ་པ་  
 གསུམ་གྱི་སྒྲོམ་དུ་རྒྱུད་པའི་དགེ་རྩ་གང་བསྐྱབ་ཐེག་ཆེན་ཐར་པ་ཆམ་ཐུན་རྣམས་མཁུན་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་མ་ལོར་བ་ཡིན་པས། དེའི་ཕྱིར་དང་  
 བོ་ཁ་ནང་དུ་ལོག་ནས་རང་གི་ཀུན་སྒྲོང་བརྟགས་ལ་འཛིན་ཏེ་ཆོ་འདིའི་ཆེད་དུ་ལམ།  
 ལུང་མ་བརྟན་དུ་འདུག་ན་ཡང་དག་པའི་ལམ་དུ་བཅོས་དགོས་ཏེ། ཀྱུ་རྒྱུབ་ཀྱིས།  
 སེམས་ཀྱིས་འཆིང་བར་བྱེད་ཅིང་གོ་ལ་བྱེད་པ། །ཤེམས་སུ་འདི་ལ་རྣམས་པ་འགའ་  
 ཡང་མེད། ཅིས་དང་། ཀུན་མཁུན་འཛིགས་མེད་གླིང་པས། བསམ་པ་དགེ་དང་མི་  
 དགེའི་བྱེ་བྲག་ལས། །དགེ་སྟེག་གཟུགས་བརྟན་ཆེ་རྒྱུད་ཆེས་མི་འགོ། །ཞེས་སོ། །  
 གཉིས་པ་ཐབས་རྒྱ་ཆེ་བ་གསང་བ་སྟགས་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་ནི། ཚུལ་གསུམ་སྒྲོན་མེ་  
 ལས། དོན་གཅིག་ན་ཡང་མ་སྒྲོངས་དང་། ཐབས་མང་དགའ་བ་མེད་པ་དང་། །དབང་  
 བོ་རྩོན་པའི་དབང་བྱས་པས། །སྟགས་ཀྱི་ཐེག་པ་བྱུང་བར་འཕགས། །ཞེས་པ་ལྟར།



ཆོས་འཆད་པའི་གནས་འདི་ནི་ད་མལ་དུ་མི་སེམས་པར་འག་མིན་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་  
 ཀྱི་པོ་བྱང་། ཆོས་སྟོན་པའི་བླ་མ་རང་རྒྱུད་པ་མི་སེམས་པར་ཀུན་བཟང་དོ་རྩེ་འཆད་།  
 ཉན་པ་པོའི་འཁོར་རྒྱལ་སྟོན་ཅན་དུ་མི་སེམས་པར་སེམས་དཔལ་དང་སེམས་མ།  
 བཤད་པར་བྱ་བའི་ཆོས་གསང་སྒྲགས་དོ་རྩེ་ཐེག་པ། བཤད་པའི་དུས་ནི་ཉག་པ་རྒྱུན་  
 ཀྱི་འཁོར་ལོ་སྟེ་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་ལྟ་ལྟ་དུ་དག་སྒྲུང་སྒྲུངས་གིང་གསལ་གདབ།  
 ཅ་པའི་གཉིས་པ་ཀུན་ཏུ་སྟོན་པ་ལའང་སྒྲུང་སྒྲུང་གཉིས། དང་པོ་ལ་སྟོན་གྱི་སྟོན་  
 གསུམ། གྲི་མ་དུག མི་འཛིན་པ་ལྟ་སྟེ་གསུམ། དང་པོ་སྟོན་གྱི་སྟོན་གསུམ་ནི། ཁ་  
 བ་མ་གཏད་ཁ་སྒྲུབ་ལྟ་ལྟ་སྟོན། ཡིད་ལ་མ་བཟུང་ཞབས་དོ་ལ་ལྟ་ལྟ་སྟོན། ཉོན་  
 མོངས་དང་འདྲེས་དུག་ཅན་ལྟ་ལྟ་སྟོན། ཞེས་པ་ལྟར། དང་པོ་ཆོས་ཉན་པའི་དུས་  
 རང་གི་ན་པའི་ཤེས་པ་གཞན་དུ་མ་ཡིངས་པར་ཆོས་ཀྱི་སྒྲ་དེ་ལ་གཏད་དེ་ལེགས་པར་  
 ཉན་དགོས། མ་ཉན་ན་སྟོན་ཁ་སྒྲུབས་པའི་སྟེང་དུ་བཅུད་ཅི་ཅམ་སྒྲགས་ཀྱང་ཐེགས་  
 གཅིག་ནང་དུ་མི་འགྲོ་བ་ལྟ་བུ་ལུས་ཆོས་གཤམ་དུ་ཡོད་ཀྱང་ཆོས་མ་ཐོས་པ་དང་ཁྱད་  
 མེད་པའི་སྟོན་ཡོད། གཉིས་པ་ཐོས་པ་དེ་ལ་དོན་གཉིར་དང་ལྟན་པའི་སྟོན་ནས་ཆོག་  
 དོན་ཡིད་ལ་འཛིན་དགོས། མ་བཟུང་ན་སྟོན་ཞབས་དོ་ལ་དུ་བཅུད་མི་ཆགས་པ་ལྟ་  
 ལྟ་སྟོན་ཅི་ཅམ་ཐོས་རུང་རང་རྒྱུད་ལ་སྟོན་འདོན་མེད་ཅིང་གདམས་པ་རྒྱུད་ཐོག་ཏུ་  
 བཀལ་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་མི་ཤེས་པས་ཐ་མལ་པ་དང་ཁྱད་མེད་པའི་སྟོན་ཡོད།  
 གསུམ་པ་ཀུན་སྟོང་གྲགས་འདོད་དང་རྟེན་ཆོལ་སྒྲགས་ཆོས་བརྒྱུད་ཀྱི་བསམ་པས་  
 མ་ཡིན་པར་ཡང་དག་པའི་འདུ་ཤེས་དང་ལྟན་པས་ཉན་དགོས། སེམས་ཉོན་མོངས་  
 པ་དང་འདྲེས་བཞིན་དུ་ཆོས་ཉན་ན་ཆོས་ཀྱིས་རང་གི་སེམས་ལ་མི་པན་པར་མ་ཟད་  
 ཆོས་ཀྱང་ཆོས་མིན་དུ་འགྲོ་བ་ནི་དུག་ཅན་གྱི་སྟོན་དུ་བཅུད་བཟང་པོ་སྒྲགས་པ་དང་  
 འདུ་བའི་སྟོན་ཡོད་དོ། །

དེའི་ཕྱིར་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པས་ཀྱང་། ཁྱོད་ཀྱིས་ལེགས་པར་ཉོན་ལ་ཡིད་ལ་བཟུངས་  
 ཤིག་དང་། རས་ཁྱོད་ལ་ལེགས་པར་བཤད་དོ། ཞེས་པ་ལྟར། ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་གཞན་





དུ་མ་གཡེངས་པ་ལེགས་པར་ཉན། ཆོག་དོན་རྣམས་ལ་མ་བྲལ་བའི་སྒོ་ནས་ཡིད་ལ་  
གཟུང་། ཡུལ་ཆོས་དང་སྒྲ་མ་མཆེད་གོགས་ལ་སྒྱུན་རྟོག་མི་བྱ་ཞིང་ལྷག་བསམ་བཟང་  
པོ་དང་ལྷན་བས་ཉན་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་དྲི་མ་དུག་ནི། རྣམ་བཤད་རིག་པ་ལས། ང་རྒྱལ་དང་ནི་མ་དད་དང་། །  
དོན་དུ་གཉེར་བ་མེད་ཉིད་དང་། བྱི་རོལ་རྣམ་གཡེངས་ནང་དུ་སྟུང་། སྒྱི་བ་ཉན་པའི་  
དྲི་མ་ཡིན། ཞེས་པ་ལྟར། ཆོས་འཛིག་རྟེན་གང་ཐད་ནས་སྒྲ་མ་ལས་ངའི་ལྷག་སྒྲ་མ་  
པའི་ང་རྒྱལ། ཆོས་དང་སྒྲ་མ་ལ་མ་དད་པའི་ལོག་ལྷ། ཆོས་ཐོས་བསམ་ལ་དོན་གཉེར་  
མེད་པ། སེམས་བྱི་རོལ་ལ་གཡེངས་བཞིན་པ་དང་། ཏཱ་ཅང་ནང་དུ་སྟུང་ཆེ་བ། ཆོས་  
སྟན་རིང་གྲག་པ་སོགས་ཀྱིས་སྒྱི་བ་སྟེ་དྲི་མ་དུག་སྟངས་དགོས། དང་པོ་ང་རྒྱལ་དང་  
སྟག་དོག་གཉིས་པོ་འདི་བག་ཉལ་གྱི་ཉོན་མོངས་པ་ཡིན་པས་སོ་སའི་སྒྱི་བོས་ངོས་  
ཟེན་དཀའ། རང་ལ་ཆོས་དང་འཛིག་རྟེན་གང་ཐད་ནས་ཡོན་ཏན་སྟན་བྱ་རེ་ཡོད་པ་  
ལ། ང་ནི་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུའི་སྒྲ་མ་དུ་རང་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྱུན་ནི་མི་མཐོང་། གཞན་གྱི་  
ཡོན་ཏན་ཡང་སྒྱུན་ཏུ་མཐོང་བ་ལྟ་བུ་དེ་ཡིན་ལ། སྟག་དོག་ནི་རང་དང་འགྲན་ཟླ་  
ཡོད་པའམ། མིན་ཀྱང་གཞན་གྱི་འབྱོར་བ་དང་ཡོན་ཏན་ཡོད་པ་མཐོང་བའམ་ཐོས་  
པའི་ཆེ་མི་དགའ་ཞིང་སྟོང་གཟེར་གྱི་རེ་འགོ་བ་དེ་ཡིན་པས་དུས་ཀྱན་ཏུ་ངོས་བཟུང་  
ཞིང་སྟངས་ཅི་ཐུབ་གལ་ཆེ། ཀྱན་མཁུན་འཛིགས་མེད་གླིང་པས། རང་བཞིན་ངན་པ་  
རྒྱལ་གདུག་ལྟ་བུ་དང་། གཞན་འབྱོར་ལ་སྟངས་ལྟ་མ་ཡིན་གྱི་སེམས། སྒྱུབས་འོས་  
བསྒྱུ་ཞིང་ཆོས་ལ་སྟངས་བ་དང་། བརྟུ་དང་འཕྲོག་བཅོམ་རྟོན་པའི་ལུས་སྟོངས་ཤོག།  
ཅེས་ཤིན་ཏུ་ཤིག་པ་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་ལས་སུ་གསུངས་པ་ལྟར། ང་རྒྱལ་གྱི་གཉེན་པོ་  
སྟག་དང་། སྟག་དོག་གི་གཉེན་པོ་དགའ་བ་སྒྲོམ་དགོས་པར་གསུངས་པས་ན། ཟླ་  
མ་མཐོང་བའི་དུས་སུ་མཐོང་ཕྱག་གཟིགས་པའི་སྐབས་སུ་གཟིགས་ཕྱག་གྲལ་ལ་  
ལོད་པའི་སྐབས་སུ་གྲལ་ཕྱག་འཆལ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དེ་ཡིན་པར་འདུག་  
པས། ཆོས་གྲལ་དུ་ཆོགས་སྐབས་སུ་དུས་དེ་རིང་ནས་སྒྲ་མ་དང་མཆེད་ལུས་ཀྱི་བྱན་



དུ་བདག་གི་ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་དབུལ་བར་བགྱིའོ་སྒྲུལ་བ་དང་། སྤྲུག་དོག་གི་  
 གཉིན་པོར་རྩོམ་མཛད་ལུས་སོགས་དམ་པ་གོང་མ་རྒྱལ་གྱི་ཡོན་ཏན་རིམ་བུ་དེ་ལྟ་  
 ལུང་རྩོམ་སྤྲུག་སྤྲུག་པོ་སྒྲུལ་པས་དགའ་བའི་མིག་གིས་བལྟ་ཞིང་རྩོམ་སྤྲུག་པོ་རང་  
 བ་དང་བཅས་མེ་ཏོག་བད་མ་ཁ་འབུས་པ་ལྟ་བུ་ཞེས་ཐལ་མོ་ཁོང་སྟོང་དང་། གཏུ་  
 རྒྱུད་གི་བརྒྱལ་ཞུགས་ཞེས་ལག་མཐིལ་གཉིས་སྤྲུག་ཏེ་སོར་ཅེ་རྒྱལ་སྤྲུག་པའི་ཐལ་  
 མོ་གང་རུང་གནས་གསུམ་དུ་གཏུགས་ལ་ལག་མཐིལ་གཉིས་སྤྲུག་མེ་ཏོག་པོ་རང་གཉིས་  
 དབུལ་བ་སྤྲུག་གི་མ་ལུས་པ་ལ་ཐབས་བསྟེ། གུས་འདུད་གྱི་བརྒྱལ་ཞུགས་ལུང་རིག་  
 དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲོ་ནས་ཕྱག་འཆོལ། གཉིས་བ་དད་པ་མེད་ན་ཆོས་ཀྱི་འཇུག་སྒྲོ་  
 འགགས་ཤིང་ཐར་པའི་ས་བོན་རུལ་པ་ཡིན་ཏེ། མདོ་ལས། དད་པ་མེད་པའི་མི་དག་  
 ལ་། །དཀར་པོའི་ཆོས་ནི་མི་འབྱུང་ཞིང་། །ས་བོན་མེ་ཡིས་ཆོག་པ་ལ། །ལྷ་གྲུ་ཕྱོག་  
 པོ་རིམ་བུ་ཞིན་ནོ། །ཞེས་དང་། དད་པ་མེད་ན་རྒྱལ་བའི་བྱིན་རྒྱལ་ས་འཇུག་པའི་ཐབས་  
 མེད་དེ། ཨོ་རྒྱུ་ཆེན་པོས། དད་མེད་ཐུག་ཕྱག་བྱུང་བལྟས་ལྟ་བུ་ལ། ཐུགས་རྩེ་  
 ཉི་མ་ནམ་ཡང་འཆར་དུས་མེད། །དད་མེད་རྒྱུད་གྱི་ལྗོངས་ལྟ་བུ་ལ། ཐུགས་རྩེ་  
 ལྷགས་ཀྱས་ནམ་ཡང་ཟིན་དུས་མེད། །ཅེས་པ་ལྟར་དད་པ་བརྟན་པོ་ཡོད་དགོས།  
 དེ་ལ་དུངས་པའི་དད་པ། འདོད་པའི་དད་པ། ཡིད་ཆེས་པའི་དད་པ། མི་ལྷོག་པའི་  
 དད་པ་དང་བཞི་ཡོད་ལ། དང་པོ་ནི་སྤྲུལ་མ་མཛལ་བའམ་ཆོས་ཐོས་པའི་དུས་མེམས་  
 ཀྱི་རྟོགས་མ་དུངས་ནས་དགའ་ལ་ལེ་བ་དེ་ཡིན། གཉིས་བ་འཁོར་བ་ལས་ཐར་ཞིང་  
 སངས་རྒྱལ་བར་འདོད་པ། གསུམ་པ་རྒྱུ་འབུས་ལ་ཡིད་ཆེས་པ། བཞི་བ་སྤྲུལ་མ་སངས་  
 རྒྱལ་དངོས་མཐོང་གི་བར་དགེ་སྒོ་གོང་འཕེལ་དུ་ཐུར་བ་རྒྱལ་སོ། །དད་པ་ནི་ཡོན་  
 ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ན་ཡོད་དེས་ཆོག་ཡིན་ཏེ། ཡལ་པོ་ཆེའི་མདོ་ལས་བྱུང་བུ་  
 མེམས་དཔལ་ཀྱང་ཏུ་བཟང་པོས། དད་པ་མེམས་གསལ་རྟོགས་པ་མེད་པ་སྟེ། །ང་  
 རྒྱལ་རྒྱལ་སྤངས་སྤིང་ཞུའི་རྩ་བ་ཡིན། །དད་པ་སྤྱོད་མཆོག་ནོར་དང་གཉེར་ཡིན་ཏེ། །  
 ལག་པ་ལྟ་བུ་དགེ་སྤྱད་རྩ་བ་ཡིན། །ཞེས་དང་། མདོ་ལས། དོན་དམ་པ་ནི་དད་པས་



རྩོགས་པར་བྱའོ། །ཞེས་སོ། །དེ་ཡང་ཁ་ཞེ་མེད་པ་ཞིག་དགོས་ཏེ། །བྲུབ་པའི་དབང་  
 ཡུག་ཆེན་པོའི་ཞལ་སྤྲུལ་ནས། །ཆོས་སྤྱིང་ནས་བསྐྱབ་པ་རྣམས་གྱིས་ཁ་ཞེ་མེད་པའི་  
 དད་པ་འདི་ཁོ་ན་གལ་ཆེ། དེ་ལ་ཡང་། བྱི་དཀར་ལ་ནང་ནག་པ་རི་ནག་པོ་ཁ་བས་  
 གཡོགས་པ་ལྟ་བུའི་དད་པ་སྤངས་དགོས། བྱི་ནང་གསལ་སྤྱིབ་མེད་པ་ཤེལ་གྱི་མཆོད་  
 རྟེན་ལྟ་བུའི་དད་པ་བསྟེན་དགོས། འབར་སྤྲུལ་ལ་འཆི་མུར་བ་རྩའི་སྒྲོན་མ་ལྟ་བུའི་དད་  
 པ་སྤངས་དགོས། དྲུངས་གསལ་ཡུན་ཐུབ་ཉི་མའི་དཀྱིལ་ལ་ཁོར་ལྟ་བུའི་དད་པ་  
 བསྟེན་དགོས། འབབ་སྤྲུལ་ལ་ཆད་མུར་བ་དབྱར་གྱི་ཤུ་ཆུ་ལྟ་བུའི་དད་པ་སྤངས་དགོས།  
 རྒྱུན་ཆད་མེད་པ་རྒྱ་པོའི་གཞུང་ལྟ་བུའི་དད་པ་བསྟེན་དགོས། ཞེས་དང་། གྲོང་ཆེན་  
 པས་། རྟག་བརྟན་འཕོ་འཁྱར་མེད་པའི་དད་པ་ཡིས། །དུས་རྣམས་ཀྱང་ཏུ་སྐྱོང་ལ་  
 མེད་པར་བསྟེན། །ཞེས་སོ། །གསུམ་པ། ཆོས་ལ་དོན་གཉེར་མེད་ན་ཐོས་བསམ་  
 སྒོམ་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་འབྱུང་བའི་དུས་མེད། དོན་དུ་གཉེར་བའི་བརྩོན་འགྲུས་ཅན་  
 ལ་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བར་གསུང་བས་སྤྱིང་དང་དོ་རུས་འཕྲོད་པའི་དོན་གཉེར་  
 ལ་བརྩོན་དགོས། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པས་ཀྱང་། བས་ནི་ཁྱོད་ལ་ཐར་པའི་ལམ་  
 བརྟན་གྱི། །ཐར་པ་རང་ལ་རག་ལས་བརྩོན་པར་གྱིས། །ཞེས་དང་། ཀྱན་མཁྱེན་  
 འཇིགས་མེད་གླིང་པས། ཆོས་གོ་ལོ་ཐོས་ལོས་གྲུབ་པ་ནི་མི་ཐོབ། གཞུགས་རབ་བྱུང་  
 ཅམ་གྱིས་ཉན་ཐོས་སུ་མི་འགོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཐུགས་  
 རྗེ་ཅན་དེས་སྐྱོབ་པ་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་ཆོས་ཆོག་བཞི་རའི་ཕྱིར་དུ་སྐྱེ་ལུས་ལ་  
 ཤེལ་གོང་ལྟ་སྟོང་བྱས་ནས་འབྱུམ་པ་གྱི་སྟོང་ལྟ་བུའི་གནས་ཏེ་མེ་སྤར་བ་དང་། སྐྱེ་ལུས་  
 མེ་དོང་དུ་མཆོང་བ་དང་། སྐྱེ་ལུས་ལ་ཕྱགས་གྱི་གཟེར་ལྟ་སྟོང་བཟུང་བ་སོགས་དཀའ་  
 བ་བརྒྱ་ཕྱག་གི་སྒྲོ་ནས་ཆོས་བཙལ་བ་ཡིན་ཏེ། མི་ཆོགས་སུ་གྱིད་སོ་ཡང་བརྒལ་ནས་  
 བོ། །ཕྱི་མཐར་ཐུག་གི་བར་དུ་དམ་ཆོས་བཙལ། །ཞེས་པ་ལྟར་དམ་པ་གོང་མའི་རྣམ་  
 ཐར་ལ་ཆད་བཅུགས། དཀའ་ཆོག་ངལ་དུ་བ་ཐམས་ཅད་ཁྱད་དུ་བསད་ནས་ཐོས་བསམ་  
 ལ་འབད་འཚལ། བཞི་པ། ཆོས་ཉན་པའི་དུས་མིག་སོགས་དབང་པོ་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་

ལ་གཡངས་ནས་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོའི་སེམས་ལུལ་གྱི་རྩེ་ལུ་ཤོར་ནས་ཉན་བསམ་སྒྲོམ་  
 བ་གང་ཡིན་དོན་མེད་དུ་འགོ་བས་གཡང་བ་སྤངས་དགོས། ལྟ་བུ། ཉ་ཅང་དབང་པོ་  
 བར་དུ་སྤྱད་ཆེན་གཉིད་རྒྱགས་སོགས་འབྱུང་བའི་སྒྲིན་ཡོད་པས་སེམས་བག་ཡངས་  
 ལུ་བཞག་ལ་ཉན། ཆོས་ཀྱི་ཆོག་དོན་རེ་རེ་ནས་སྤར་ཟེན་བྱས་ན་རེ་རེ་ཟེན་དུས་རེ་  
 རེ་བརྟེན་འགོ་བས་སེམས་གིམ་སྟོང་རན་པར་བྱས་ནས་ཉན། དུག་པ། ཆོས་ཐུན་  
 རིང་དུག་པས་ཆ་གང་ལྟོག་སྒྲོམ་སོགས་དང་། ལུས་ནད་ཀྱིས་གདུང་བ་ལྟ་བུའི་དུས་  
 ཆོས་སྤར་གི་ལས་མི་གསོག་པར་དུན་ཤིང་ཀྱིས་ཟེན་པར་བྱ་ཞིང་། དེས་དཔལ་འབྱོར་  
 ཀྱི་མི་ལུས་ཐོབ། མཚན་ལུན་གྱི་སྒྲ་མ་མཛད། དམ་པའི་ཆོས་འཆི་སོས་ཀྱི་བདུད་ཅི་  
 ལྟ་བུའི་ཟབ་མོའི་གདམས་དག་ཉན་པའི་སྐལ་བ་དང་ལུན་པ་འདི་རེ་འཆོང་། ཆོས་  
 འདིའི་ཆེད་དུ་དཀའ་ཆོག་ངལ་དུ་བ་རི་ལྟར་བྱུང་ཡང་བཟོད་པར་བྱ་སྒྲམ་དུ་སྤར་སྒྲོ་བ་  
 བསྐྱེད་དེ་ཉན། དེ་ལྟར་ཉན་པའི་ཕན་ཡོན་ནི། འདུལ་བ་ལུང་ལས། གོགས་པོ་གང་  
 དག་དང་དམ་ཆོས་ཉན་པ། འདི་འདྲ་བསྐལ་བ་བརྒྱར་ཡང་རྟེན་པར་དཀའ། ཞེས་  
 མོ། །གཞན་ཡང་ཆོས་སྟོན་པའི་དུས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱ་དང་ཆོས་དྲུང་གི་སྒྲ་ན་བས་ཐོས་ཆོད་  
 ཀྱི་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ལ་ཐར་པའི་ས་བོན་ཐོབ་པར་གསུང་ན། རྒྱལ་བཞིན་ཉན་པའི་  
 ཕན་ཡོན་ནི་སྒྲོས་ཅི་དགོས། རྩ་བོ་ཆེའི་མདོ་ལས། དམ་ཆོས་བསྟན་པའི་དུས་ཀྱི་ཆོ། །  
 རྩལ་གཞི་བརྟུང་བའི་སྒྲ། ཐོས་པས་བྱང་རྒྱལ་ཐོབ་འགྱུར་ན། ཉན་ཕྱིར་ལྷགས་  
 པ་སྒྲོས་ཅི་དགོས། ཞེས་གསུངས་པའི་ལུང་གིས་དམ་ཤིང་བསྐྱེད་དེ་སྒྲོ་བཞིན་ཉན་  
 པ་ནི་གལ་ཆེ། དེ་ལྟར་ཉན་བསམ་བསྒྲོམ་པའི་དུས་ནམ་ཡང་། སྤར་སོང་བག་ཆགས་  
 ཀྱི་རྩེ་ལུ་མི་འབྱང་། མ་འོངས་ཉོན་མོངས་པའི་མདུན་མི་བསྐྱ། ད་ལྟའི་ཆོགས་  
 དུག་ཀྱི་ཁར་མ་ཤོར་བ་ཞིག་དགོས་ཏེ། རྒྱལ་སྤྱུང་རིན་པོ་ཆེ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས། སྟོན་  
 སྤྱད་བདེ་སྤྱག་རྒྱལ་མི་རི་མོ་འདྲ། ཟེན་པ་རྩེ་མེད་ཡིན་གྱིས་རྩེ་མ་གཅོད། ཅིས་  
 ཀྱང་དུན་ན་འབྱོར་རྒྱུད་འདུ་འབྲལ་སོམས། ཁྱོས་སྤུང་ཆོས་ལས་འདུག་གི་མ་ཁི་པ། །  
 ཕྱི་ཆོས་གུབ་ཤོམ་གོགས་སྐམ་ཉ་རྒྱུ་འདྲ། བསམ་པའི་ཐོག་དུ་མི་འབབ་འདོད་འདུན་

སྒྱུངས། ཅིས་ཀྱང་དྲན་ན་ནམ་འཆི་ཆ་མེད་སྐམས། ཁོས་མིན་བྱ་ལོང་འདུག་གི་མ་  
 ཁི་བ། །འབྲལ་གྱི་བྱ་བཞག་མི་ལམ་སོ་ཆོ་འདྲ། །འབད་པ་དོན་མེད་ཡིན་གྱིས་སྒྱུར་  
 ལ་ཐོངས། ཁོས་མཐུན་ཟས་ཀྱང་ཞེན་མེད་རྒྱ་ཡིས་ཐོབ། །བྱ་བྱེད་སྒྲིང་པོ་མེད་དོ་  
 མ་ཁི་བ། རྗེས་ཐོབ་དུས་གསུམ་རྟོག་པའི་འདུལ་སྒྱུང་འདྲི། །དྲན་སྒྱུང་ཐམས་ཅད་  
 ཁོས་སྒྱུར་མ་གར་བར། མེད་ཐབས་མེད་དོད་གོས་དུས་དྲན་པར་གྱིས། །འབྲལ་རྟོག་  
 ཡན་པར་མ་བཏར་མ་ཁི་བ། ཞེས་སོ། །གསུམ་པ་མི་འཛིན་པ་ལྟ་ནི། ཆོག་འཛིན་  
 ལ་དོན་མི་འཛིན་པ་དང་། དོན་འཛིན་ལ་ཆོག་མི་འཛིན་པ་དང་། བད་མ་འཕྲོད་པར་  
 འཛིན་པ་དང་། བོང་འོག་བསྟོལ་ཏེ་འཛིན་པ་དང་། འོག་པར་འཛིན་པ་དང་ལྟ་བོ་  
 སྒྱུང་བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་སྒྲུང་བྱའི་ཀུན་སྒྱོད་ལ་འདུ་ཤེས་བཞི་དང་པར་བྱིན་དུག་དང་སྒྱོད་ལམ་གཞན་  
 བསྟན་པ་དང་གསུམ། དང་པོ། སྒྲིང་པོ་བཀོད་པ་ལས། རིགས་ཀྱི་སྤྱོད་གྱིས་བདག་  
 ཉིད་ལ་ནད་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། ཁོས་ལ་སྒྲན་གྱི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་པར་  
 བྱའོ། །དགོ་བའི་བཤེས་གཉན་ལ་སྒྲན་པ་མཁས་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །  
 བན་ཏན་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ་ནད་ཉེ་བར་འཆོ་བའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། ཞེས་  
 རང་རེ་ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་རྒྱ་ཉོན་མོངས་པ་དང་འབྲས་སུ་སྤྲུག་བསྐལ་རྣམ་  
 པ་དུ་མས་རྟག་རྟ་མཉམ་པའི་ནད་པ་ལྟ་སྤྱོད་ལ། བན་དེ་ལས་ཐར་བར་འདོད་ན་  
 སྒྲན་གྱི་སོས་ཀྱི་བདུད་ཚི་ལྟ་སྤྲུམ་པའི་ཆོས་ཡིན་ལ། དཔེར་ན་ནད་ཆན་པོ་ཆེས་  
 ཐེབ་པའི་ནད་པ་དག་གིས་སྒྲན་པ་བཟང་པོ་ཞིག་བསྟེན་ཏེ། དེས་གང་བསྟོོ་བ་ལ་  
 ཉན་ནས་སྒྲན་ནན་གྱིས་མ་བརྟུང་ན་ནད་ལ་ཕན་མི་སྲིད། དེ་བཞིན་དུ་སྒྲན་པ་བཟང་  
 པོ་ལྟ་སྤྱོད་སྒྲན་པ་སྟེན། དེས་གང་གསུང་གི་ཆོས་ལ་ནན་ཏན་མ་བྱས་ན་མ་རིག་  
 འཁོར་བའི་གཙོང་ནད་དུག་པོ་སེལ་མི་རུས། དཔེར་ན་ནད་པས་སྒྲན་པ་མཐོང་བ་  
 ཙམ་གྱིས་མི་ཕན། ཁྱིད་ཀྱི་ནད་འདིའོ། །སྒྲན་འདི་ལྟ་སྤྲུག་གིས་བརྟུང་ན་ཕན་ཟེར་བ་  
 ཙམ་གྱིས་ཀྱང་མི་ཕན། སྒྲན་བསྐྱས་ནས་བྱིན་ཀྱང་མ་བརྟུང་ན་མི་ཕན་ལ། དེ་བཞིན་



དུ་སྐྱ་མ་མཇལ་ལོ་དང་། ཆོས་ཐོས་ལོ་ཙམ་གྱིས་འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐལ་ལས་ཐར་  
 དཀའ་བས་ན། གོང་སྒྲོམ་བཞིན་བརྩོན་འགྲུས་དུག་པོས་ཆོས་ལ་ནན་ཏན་དུ་བྱ། ཀྱུན་  
 མཁྱེན་ཆེན་པོས། སྐྱ་མ་བསྟེན་ཀྱང་གདམས་ངག་མ་ལོན་ན། མཛད་སྒྲོམ་རྒྱ་མཚོའི་  
 འགྲམ་དུ་སྒྲོམ་རིད་ལུས། གདམས་ངག་ཡོད་ཀྱང་རྒྱུད་ལ་མ་འབྱོར་ན། བཅང་བ་  
 དོན་རྒྱུད་སྒྲོན་དབྱེད་ཡི་གེ་འདྲ། ཞེས་པ་ལྟར། ད་རེས་ཡར་འགོ་མར་འགྲོའི་ས་  
 མཚམས་རྟ་ཁ་སྐབས་ཀྱིས་བསྐྱར་བ་དང་འདྲ་བ་རང་རེ་དལ་འབྱོར་གྱི་ལུས་རྟེན་ནི་ཐོབ།  
 སྒྲོན་པ་མཁས་པ་ལྟ་བུའི་སྐྱ་མ་དམ་པ་དང་མཇལ། འཆིགས་ཀྱི་བདུད་རྩི་ལྟ་བུའི་  
 དམ་པའི་ཆོས་དང་འཕྲད་པའི་སྐབས་འདིར་ཐོས་པའི་ཆོས་ཉམས་སུ་སྤངས་ནས་ཐར་  
 བའི་ལམ་དུ་འགོ་བཞག་མི་བྱེད་རེ་སྒྲུམ་པའི་དམ་བཅའ། ལོག་པའི་འདྲ་ཤེས་ཆེ་  
 འདིའི་ཆེད་དུ་རྟེན་བཀྱར་འཛིགས་སྒྲིབ་སོགས་ཀྱི་བསམ་བསམ་མ་ཡིན་པར། རྣམ་  
 མཁྱེན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་དོན་དུ་གཉེར་བའི་ཀྱན་སྦྱང་རྣམ་པར་དག་པའི་སྒོ་ནས་  
 སྐྱ་མས་གང་གསུང་ཆོད་མར་འཛིན་པ་ནི་གནད་ཀྱི་དམ་པོ། །

གཉེས་པ་ཡར་ཕྱིན་དུག་གི་སྒོ་ནས་འཆད་ཉན་བཞི་ཚུལ་ལ། འཆད་པ་པོས་ཡར་ཕྱིན་  
 དུག་གི་སྒོ་ནས་འཆད་པར་བྱ་སྟེ། དང་པོ་རྟེན་བཀྱར་སོགས་ཆོས་བརྒྱུད་ཀྱི་བསམ་  
 པའི་དུག་དང་མ་འདྲེས་པར་བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་རྗེས་སུ་དགོངས་ནས་འཆད་  
 པ་ནི་ལེན་པ་མེད་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ། གཉེས་པ་དོམ་པའི་ར་རྒྱལ་སོགས་མ་ཡིན་  
 པར་རྒྱལ་བའི་བཀའ། སྐྱ་མའི་ལུང་། རང་གི་ཉམས་སྦྱང་ཆོད་མ་གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་  
 འཆད་པ་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཡར་ཕྱིན། གསུམ་པ་སྒྲོབ་མས་སྦྱོད་ལམ་ནོར་བའི་ལོག་  
 རྒྱུ་དང་རང་དལ་དུ་བསོགས་ལ་བཟོད་དེ་འཆད་པ་ནི་བཟོད་པའི་ཡར་ཕྱིན། བཞི་  
 པ་རྒྱལ་བའི་སྐས་ཀྱི་སྦྱོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་མཆོག་དང་ལུལ་དུ་ལྷུང་པ་ནི་ཆོས་  
 ཀྱི་མཛོད་འཛིན་པ་དང་འཆད་སྟེལ་གྱིས་རབ་རྩ་སྤང་བར་བྱེད་པ་སོགས་ཡིན་པས་  
 རྒྱ་མཚན་ཤེས་པའི་སྒོ་ནས་སྒྲོ་བཞིན་དུ་འཆད་པ་ནི་བརྩོན་འགྲུས་ཀྱི་ཡར་ཕྱིན། ལུ་  
 པ་ཐུགས་གཞན་དུ་མི་གཡེངས་ཤིང་ལེགས་པར་འཆད་པ་ནི་བསམ་གཏན་ཀྱི་ཡར་





ཕྱིན། རྒྱལ་པ་འཆད་པ་པོའི་སྤྲ་མ་འཆད་བྱེད་ཆོས་འཆད་ཡུལ་སྤྲོ་བ་མ་ཐམས་ཅད་སྤྲོ་  
མ་དང་མི་ལམ་ལྟ་བུར་ཤེས་པའི་སྤོ་ནས་སྤྲོ་བ་མའི་རྒྱུད་ཆོད་དང་བསྟན་ནས་འཆད་  
ཤེས་པ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའོ། །ཉན་པ་པོ་སྤྲོ་བ་མས་ཀྱང་ཉན་ཚུལ་ནི།  
ཆོས་སྤྱད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མན་ངག་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱུད་ལས། མེདྲོག་སྟན་  
སོགས་རབ་འབྱུང་ཞིང་། །ས་ཕྱོགས་སྤྱད་ལམ་སྤོམ་པ་དང་། །སྟོག་ཆགས་ཀྱན་ལ་  
འཆོ་མི་བྱ། །སྤྲ་མ་ལ་ནི་ཡང་དག་དད། །མ་ཡེངས་སྤྲ་མའི་གདམས་ངག་ཉན། །དོགས་  
སེལ་ཕྱིར་ན་སྟོན་ཆོག་འདྲི། །སྟོན་མ་ཡན་ལག་རྒྱལ་དང་ལྟན། །ཞེས་པ་ལྟར་ དང་  
པོ་ཆོས་ཀྱི་ཁྱི་བཤམས་ནས་གདན་འདྲིང་བ་དང་མཐུལ་འབྱུང་བ་སོགས་སྟོན་  
པ། གཉིས་པ་གནས་ཁང་ཕྱག་དར་བྱས་ནས་བྱིའི་ཆག་ཆག་གདབ་པ་མེདྲོག་བཀྲམ་  
པ་སོགས་སྤྱོད་ལམ་ཐམས་ཅད་ཞི་དུལ་ཆོས་དང་མཐུན་པར་བྱ་བ་ནི་ཚུལ་ཁྲིམས།  
གསུམ་པ་གྲོགས་མཆོད་ཀྱིས་གཙའི་སྟོག་ཆགས་ཕྱ་མོ་ཡན་ཆད་ལ་ལུས་ངག་གིས་  
གནོད་འཆོ་མི་བྱེད་པ་དང་ཆོས་སྤྱིར་དཀའ་ཆོག་ངལ་དུ་བ་སོགས་ལ་བཟོད་དེ་ཉམས་སུ་  
ལེན་པ་བཟོད་པ། བཞི་པ་སྤྲ་མ་དང་ཆོས་ལ་འཕྲད་དཀའ་བའི་འདུ་ཤེས་བཞག་ནས་  
མི་སྤྱད་པའི་དད་པའི་སྤོ་ནས་སྤྲོ་བ་དང་བཅས་ཏེ་ཉན་པ་ནི་བཙོན་འགྲུས། ལྷ་པ་  
སེམས་གཞན་དུ་མི་གཡངས་ཤིང་ཆོག་དོན་ཡ་མ་བྱལ་བར་འཛིན་ཅིང་ཉན་པ་བསམ་  
གཏན། རྒྱལ་པ་སྤྲ་ཆོས་དང་ཤེས་ལོ་ཅམ་དུ་མི་བཞག་པར་ཐེ་ཆོམ་སོགས་དོགས་  
སེལ་གང་བྱུང་སྤྱར་བྱི་ཞིང་གདམས་པའི་ཕྱ་ཐག་བཅད་དེ་ཉན་པ་ནི་ཤེས་རབ་སྟེ་ཉན་  
པ་པོས་དེ་ལྟ་བུའི་སྤོ་ནས་ཉན་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་སྤྱོད་ལམ་གཞན་བསྟན་པ་ལ་སྤྲང་སྤྲང་གཉིས་ལས། དང་པོ་འདུལ་བ་ལུང་  
ལས། མ་གུས་པ་ལ་ཆོས་མི་བཤད། །མི་ན་བཞིན་དུ་མགོ་གཡོགས་དང་། །གདུགས་  
དང་འཁར་བ་མཆོན་ཐོགས་དང་། །མགོ་པོ་དཀྱིས་པ་དག་ལ་མིན། །ཞེས་པ་ལྟར་  
ཆོས་ལ་མ་གུས་པ་དང་མགོ་ལ་ལྟ་བྱོན་ནས་འདུག་པ་སོགས་གོ་སྤྲ་བས་དེ་དག་སྤྲང་  
ལ་ཉན་དགོས། གཉིས་པ་སྟེ་རབས་ལས། རབ་ཏུ་དམའ་བའི་སྟན་ལ་འདུག །དུལ་

བའི་དཔལ་ནི་རབ་རྒྱ་བསྐྱེད། །དགའ་དང་ལྷན་པའི་མིག་གིས་བལྟ། །ཚིག་གི་བདུད་  
 ཅི་འཐུང་བ་བཞིན། །རབ་རྒྱ་སྒྲིམ་ཏེ་ཆོས་ཉེན་ཅིག་ཅེས་པ་ལྟར། རབ་རྒྱ་གྲུས་ཤིང་  
 དད་མོས་སྒྲོ་དགའ་དང་བཅས་པས་ཉན་པའི་བསོད་ནམས་ནི་ཆད་མེད་དེ། ཕལ་པོ་  
 ཆའི་མདོར་འཇམ་དཔལ་གྱིས། རྒྱལ་བ་ཀུན་དང་ཆོས་དང་དགེ་འདུན་དང་། །དེ་  
 བཞིན་སྒྲུ་མར་གྱུར་བ་ཐམས་ཅད་ལ། །དད་དང་མོས་དང་དགའ་བ་བསྐྱེད་བྱས་ཏེ། །  
 སྤྱི་ཁྲུ་མཆོད་བྱས་བྱང་རྒྱུ་མེས་ས་ཀྱང་སྒྲེ། །ཞེས་པ་ལྟར། སྒྲོན་རྟོག་མི་བྱ་བར་  
 རང་ངོས་ཀྱི་སངས་རྒྱས་བཀའ་དྲིན་དང་ལྷན་པ་ནི་སྒྲུ་མ་འདི་ཡིན་པས་སྒྲུ་མ་འདི་ལ་  
 བསྟེན་ནས་དམ་པ་གོང་མའི་རྣམ་ཐར་བཞིན་ཅི་གསུང་ཆད་མར་འཛིན་ལ་གདམས་  
 བ་ཟབ་མོ་ཉམས་སུ་ལེན་ཅིང་ཆོ་འདིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་རིན་པོ་ཆེ་ཐོབ་པར་  
 བྱ་སྒྲུ་མ་དུ་ཆོས་དང་གང་ཟག་ལ་བྱལ་དུ་མ་སོང་པའི་སྒྲོན་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་པར་བྱ་  
 སྟེ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་རྒྱལ་བ་བདེ་གསེགས་ཆོས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཏེ། རྒྱལ་བས་སྒྲོད་པ་རྣམས་  
 ལ་ཡིད་ཆེས་ཏེ། བྱང་རྒྱུ་བ་སྒྲུ་ན་མེད་ལ་ཡིད་ཆེས་ཤིང་། སྒྲིས་བྱ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 མེས་ས་སྒྲེའོ། །ཞེས་སོ། །

དེས་ཀུན་སྒྲོང་དང་ཀུན་སྒྲོད་ཀྱི་རིམ་པ་བསྟན་ཟེན་ཏོ། །ཅུ་བའི་གཉིས་པ་འཆད་བྱ་  
 དངོས་ལ་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་གཉིས། དང་པོ་ཐུན་མོང་ལའང་དུག །  
 དལ་འབྱོར་རྟེན་དགའ། འཆི་བ་མི་རྟག །སྤྱིག་པའི་རྒྱ་འབྲས། དགེ་བའི་རྒྱ་འབྲས།  
 ཐམས་ཅད་ལས་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་བསྟན་པ། བཤེས་གཉེན་བསྟེན་རྒྱལ་ལོ། །དང་  
 པོ་དལ་འབྱོར་རྟེན་པར་དགའ་བ་བཤད་པ་ལའང་བཞི། རོ་བོ་དལ་བ་ལ་བསམ་པ།  
 རྟེན་པར་གྱི་ཆོས་འབྱོར་པ་ལ་བསམ་པ། རྟེན་དགའི་དཔེ་ལ་བསམ་པ། བྱངས་ཀྱི་  
 རྟེན་པར་ལ་བསམ་པའོ། །དང་པོ་རོ་བོ་དལ་བ་ལ་བསམ་པ་ནི། སྤྱིར་མི་ཁོམས་པའི་  
 གནས་བརྒྱད་དང་བྲལ་ཏེ་དམ་པའི་ཆོས་བསྐྱེད་པར་ཁོམས་པ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ལ།  
 ད་རེས་དཔལ་བ་ཡི་དུགས་དུད་འགྲོ་དང་། ཆོ་རིང་ལྟ་དང་གྲུ་གྲོ་ལོག་ལྟ་ཅན། །  
 སངས་རྒྱས་མ་བྱོན་ཞིང་དང་ལྷགས་པ་སྟེ། མི་ཁོམས་བརྒྱད་ལས་ཐར་བའི་དལ་བ་

ཐོབ། ཅེས་ངན་སོང་གསུམ་ནི་ལས་ངན་གྱི་དབང་གིས་འཕང་པའི་འབྲས་བུ་ཆ་གང་  
 དགེས་སྒོམ་གྱིན་ལྷགས་བཀོལ་སྟོང་གི་སྟག་བསྐལ་ལ་རྟག་ཏུ་སྟོང་པས་ཆོས་བྱེད་ཏུ་  
 མི་ཁོམས། ཆོ་རིང་ལྷ་ཞེས་པ་ནི་འདུ་ཤེས་མེད་པའི་ལྷ་སྟེ་དགོ་སྟེ་གི་འདུ་ཤེས་  
 མེད་པའི་བསམ་གཏན་ལ་ཐར་པར་བཟུང་ནས་བསྒོམ་པའི་འབྲས་བུ་འདུ་ཤེས་མེད་  
 པའི་ལྷར་སྟེ་བ་རྣམས་ཉིང་རེ་འཛིན་དེའི་ངང་ཏུ་བསྐྱལ་ཆེན་མང་པོའི་བར་ཏུ་གནས་  
 ཤིང་། མཐར་དེར་འཕེན་བྱེད་གི་ལས་ཟད་པ་ན་ལོག་ལྷའི་རྒྱས་ངན་སོང་ཏུ་སྟེས་ཏེ་  
 ཆོས་བྱེད་མི་ཁོམས་པ་སྟེ་ཕྱིའི་མི་ཁོམས་པ་བཞི། གྲུ་གྲོ་ནི་དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་  
 མཚན་ཅམ་ཡང་ཐོས་མ་མྱོང་པའི་མཐའ་ཁོབ་སུམ་ཅུ་ཅ་གཉིས་སོགས་ཡོད་པར་བཤད་  
 ལ། དེ་དག་ནི་འཆོ་བ་ཆོས་སུ་སྟེ་བ་གྲུ་གྲོའི་ཆོས་ལུགས་ཞེས་སྟོག་བཅད་དེ་དགོ་བར་  
 ཕྱི་བའི་ཡུལ་ངན་སེམས་ཅན་གསོད་པ་དང་རི་དྲགས་བཤོར་བ་སོགས་མི་དགོ་བའི་  
 ལས་ཐབས་ལ་ལྷག་པར་མཁས་ཤིང་སྟེ་གི་འབའ་ཞིག་ལ་སྟོང་ཅིང་གི་མ་ཐག་ངན་སོང་  
 ཏུ་འགྲོ་བ་མང་བས་མི་ཁོམས། ལོག་ལྷ་ཅན་ནི། སྦྱིར་སངས་རྒྱས་གྱི་བསྟན་པ་ལས་  
 ཕྱི་རོལ་ཏུ་གྱུར་པའི་ལྷ་ལོག་རྟག་ཆད་ཏུ་ལྷ་བ་རྣམས་ཉི། དེ་དག་གི་རང་རྒྱུད་ལོག་  
 ལྷས་བསྐྱད་ནས་ཡང་དག་པའི་ཆོས་ལ་མོས་པ་མི་སྟེ་བས་དམ་པའི་ཆོས་བྱེད་ཏུ་མི་  
 ཁོམས། བོད་འདིར་ཨོ་རྒྱུན་སངས་རྒྱས་གཉིས་པས་བོད་སྦྱོང་བརྟན་མ་བཅུ་གཉིས་  
 ལ་གཏད་པས་སུ་སྟེ་གས་པ་དངོས་མི་འཇུག་མོད་ཀྱང་། དེ་དང་ཆ་འདྲ་བ་ཡང་དག་  
 པའི་གདམས་ངག་ལྷ་སྒོམ་གྱི་ཕུ་ཐག་མ་ཆོད་པའི་ཡིད་དཔྱོད་སྒོས་བྱས་གྱི་ལྷ་བ་རྟག་  
 ཆད་ལ་ཞུགས་པའི་ལོག་རྟོག་ཅན་ནི་དམ་པའི་ཆོས་ཚུལ་བཞིན་མ་ཡིན་པས་མི་ཁོམས་  
 པ་ཡིན། སངས་རྒྱས་མ་བྱོན་པའི་ཁིང་སྟེ་སུན་པའི་བསྐལ་པར་སྟེ་ན་ཆོས་ཉམས་སུ་  
 ལེན་པའི་སྐལ་པ་མེད་པས་མི་ཁོམས། ལྷགས་པར་སྟེ་ན་སྦྱིར་རང་རྒྱུད་ལས་སུ་མ་  
 རུང་བས་ཆོས་ཉན་འཆད་སྒོམ་རྒྱབ་གང་ཡང་བྱེད་མི་རུས། དེ་ལའང་གཉིས་ཡོད།  
 དག་ལྷགས་པས་སྟེ་མི་ཤེས་པས་ན་མིའི་མཚན་ཉིད་མི་ཆང་། ཡིད་གྱི་དབང་པོ་ལྷགས་  
 པ་སྟེ་ཤིན་ཏུ་ཁྱུན་མོངས་སུ་གྱུར་པས་བྱང་དོར་གྱི་གནས་མི་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱང་མི་



ཁོམས་པ་སྟེ་ནང་གི་མི་ཁོམས་པ་བཞིའོ། །གཉིས་པ་བྱུང་པར་གྱི་ཚོས་འབྱོར་པ་བཅུ་  
 ལ་འང་རང་འབྱོར་ལ། གཞན་འབྱོར་ལ་དང་བཅུ་ དང་པོ་ནི། མིར་གྱུར་དབང་པོ་  
 ཚང་དང་ཡུལ་དབུས་སྟེ། ལས་མཐའ་མ་ལོག་བསྟན་ལ་དད་པ་སྟེ། རང་ཉིད་འབྱོར་  
 པ་ལྟ་ཚང་ཞེས། དེ་ཡང་མི་ལུས་མ་ཐོབ་ན་ཚོས་དང་མི་འཕྲད་ལ། ད་རེས་སྒྲི་ཤེས་  
 དོན་གོ་བ་མི་ལུས་རྟེན་གྱི་འབྱོར་པ། དབང་པོ་མ་ཚང་ན་ཚོས་གྱི་གཤམ་སུ་གྱུར་པ་  
 ལ། དབང་པོ་སྟོན་དང་བྲལ་བས་ན་དབང་པོ་ཡོན་ཏན་གྱི་འབྱོར་པ། ཡུལ་མཐའ་  
 ཁོབ་ཏུ་སྒྲིས་ན་ཚོས་དང་གྲུ་མ་མི་མཛལ་ལ། ད་རེས་ཚོས་ཚིགས་གྱི་ཡུལ་དབུས་སུ་  
 སྟེས་པས་ན་ཡུལ་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་འབྱོར་པ། ལས་གྱི་མཐའ་ལོག་ན་རྟག་ཏུ་བསམ་  
 སྟོད་མི་དགེ་བ་ཁོ་ན་ལ་སྟོད་པར་འགྱུར་ན། ད་རེས་དགེ་བ་དང་ཐར་ལམ་ལ་མོས་  
 པ་བསམ་པ་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་འབྱོར་པ། སངས་རྒྱུས་གྱི་བསྟན་པ་ལ་མ་དད་ན་ཚོས་  
 ལ་ཡིད་མི་སྟོགས་པ་ལས། ད་རེས་དད་པའི་གནས་སངས་རྒྱུས་གྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་  
 ཆེ་ལུང་དང་རྟོགས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ལ་རྒྱ་མཚན་ཤེས་པའི་དད་པ་ཐོབ་པ་ནི་ཡང་  
 དག་པའི་ཚོས་གྱི་སྟོད་མ་ཞོར་བ་རང་འབྱོར་ལའི་གཙོ་བོ་ཡིན། ལྟ་བོ་འདི་དག་རང་  
 རོས་ལ་ལྟོས་ནས་ཚིང་དགོས་པའི་རང་རྒྱུད་སྐལ་པའི་འབྱོར་པ་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་ཡང་  
 མི་ལུས་ཐོབ་རུང་དབང་པོ་སྟོ་ལྟ་གང་རུང་ཞིག་མ་ཚང་ན་རབ་བྱུང་གི་སྟོམ་པའི་རྟེན་  
 དུ་མི་འགྱུར་ཞིང་མོས་གུས་གྱི་རྟེན་རྒྱལ་པའི་སྒྲ་གཟུགས་དང་། ཐོས་བསམ་གྱི་རྟེན་  
 གསུང་རབ་མཛལ་བ་དང་ཉན་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐལ་པ་དང་མི་ལྟན་པས་ཚོས་ཡང་  
 དག་པའི་སྟོད་དུ་མི་རུང་། ཡུལ་མཐའ་ཁོབ་ཏུ་སྒྲིས་ན་ཚོས་གྱི་སྒྲུང་བ་དང་བྲལ་ཏེ་  
 ལམ་ལོག་པར་ཞུགས། ལས་མཐའ་ལོག་པ་ཞེས་རྟོན་པ་དང་སྒྲུང་འཛོལ་མ་ལ་སོགས་  
 པའི་རིགས་རྒྱུད་དུ་སྒྲིས་ན་རུང་རུང་ལྟར་སྟོགས་མ་ཚོས་དང་འགལ་པའི་ལས་བྱས་  
 ཚད་ལྟིག་པར་འགྲོ་ཞིང་ལས་གྱི་མཐའ་ལོག་ དའི་རིགས་དངོས་མིན་གྲང་ཐལ་ཆེར་  
 ལ་དུས་དབང་ལྟ་བུས་འབྱུང་ཏེ་བ་མཐོང་ཚོས་སུ་གྱུར་པ་འདི་ཡིན། བསྟན་པ་ལ་མ་  
 དད་ན་ཐར་པའི་སྐལ་པ་ཆད་པས་འདྲེན་པའི་ཐབས་མེད་དོ། །



གཉིས་པ་གཞན་འབྱོར་ལྔ་ནི། སངས་རྒྱལ་བྱོན། ཆོས་གསུངས་བསྟན་པ་གནས་དང་  
 དེ་ལ་ཞུགས། བཤེས་གཉེན་དམ་པས་ཟིན་དང་གཞན་འབྱོར་ལྔ། ཞེས། དེས་  
 མདོ་སྤྲུལ་གཉིས་ཀྱི་སྟོན་པ་སངས་རྒྱལ་འཛིག་རྟེན་དུ་བྱོན་པའི་བསྐྱལ་བ་བཟང་སྟོན་  
 བསྐྱལ་ཆེན་པོ་དང་འབྲུད་པས་སྟོན་པ་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་འབྱོར་པ། ༡ དེའི་ཆོས་འཁོར་  
 རིམ་པ་གསུམ་སོགས་མདོ་སྤྲུལ་གྱི་ཆོས་ཉི་མ་ཤར་བ་ལྟ་བུ་བསྐྱར་བཤད་མཛད།  
 བསྟན་པ་ཡང་གནས་པས་བསྟན་པ་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་འབྱོར་པ། ༢ དེ་འཛིན་ལུང་  
 རྟོགས་བསྟན་པའི་བདག་པོ་དུ་མ་ཡང་བཞུགས་པའི་དུས་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་འབྱོར་པ། ༣  
 རང་རང་གི་ལས་འབྲོ་བ་བཟང་པོས་བསྟན་པའི་སྒྲོར་ཞུགས་པ་རང་གི་སྐྱལ་པའི་འབྱོར་  
 པ། ༤ ཞུགས་ཀྱང་མཐུན་སྟེན་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་རྗེས་སུ་མ་བཟུང་ན་སྤང་  
 རོར་གྱི་གནས་མི་ཤེས་པས་ན། དེས་ཟིན་པ་ལྷག་པ་ཐུགས་རྗེ་དང་རང་ངོས་ནས་ཆོས་  
 རྒྱལ་པའི་མཐུན་སྟེན་ཟུམ་གོས་ཀྱི་འབྱོར་པ་ཆང་བ་སྟེ་ལྔ་པོ་འདི་ནི་གཞན་གྱི་སྟེན་ལ་  
 ལྟོས་དགོས་པས་ན་གཞན་འབྱོར་ལྔའོ། །

དེ་ལྟར་དལ་འབྱོར་བཅོ་བརྒྱད་ཆང་ངེས་པ་ཞིག་དཀའ་སྟེ་དལ་བ་བས་ཀྱང་འབྱོར་བ་  
 ཆང་དགཤ། དེ་ཡང་རང་འབྱོར་མིར་གྱུར་དབང་པོ་ཆང་། ལུལ་དབུས་སུ་སྦྱིས་ཀྱང་།  
 ལས་ཀྱི་མཐའ་ལོག་ལམ་དུ་ཞུགས་ཤིང་རྒྱལ་པའི་བསྟན་པ་ལ་མ་དད་ན་གསུམ་  
 ལས་མེད། དེ་གཉིས་གང་རུང་ཞིག་མ་ཆང་ན་བཞི་ལས་མེད། དེ་ལས་ཀྱང་ལས་ཀྱི་  
 མཐའ་ལོག་པ་ཤིན་ཏུ་འབྱུང་ཉེ། གཞན་འབྱོར་ལྔ་ལས་སངས་རྒྱལ་བྱོན། ཆོས་གསུངས།  
 བསྟན་པ་གནས་རུང་། རང་བསྟན་པའི་སྒྲོར་མ་ཞུགས་ཤིང་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་  
 གྱིས་མ་ཟིན་ན་གསུམ་ལས་མེད། བསྟན་པའི་སྒྲོར་ཞུགས་པ་དེ་ལ་ཐན་ལང་དགོན་  
 མཆོག་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་གསུམ་ལ་སྤྱིང་ཁུང་ནས་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་བརྟན་པོ་ཅམ་  
 ཡང་མེད་པ་དང་ལམ་དང་ལམ་མིན་གྱི་དབྱེ་བ་ཚུགས་ཅམ་ཡང་མི་ཤེས་པའི་བཅོས་  
 མའི་ཆོས་གཟུགས་མི་བྱེད་གྱི་ལད་མོ་ལྟ་བུའི་ཁ་རྟོན་བྱེད་ལོ་དང་སེར་གོས་གྲོན་པ་  
 ཅམ་གྱིས་བསྟན་པའི་སྒྲོར་ཞུགས་ངེས་པའི་གོ་མི་ཆོད། ཀུན་སྒྲོང་བཟང་པོས་ལུང་

རྟོགས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་རྒྱ་མཚན་གེས་པའི་དད་པ་བྱང་པར་ཅན་དང་འཁོར་བ་ལས་  
 བདག་གཞན་སྒྲོལ་འདོད་ཀྱི་ངེས་འབྱུང་བྱང་པར་ཅན་རྒྱུད་ལ་སྒྲུབ་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་  
 དགོས་ཏེ། ཀྱན་མཁུན་འཛིགས་མེད་གྲིང་པས། མཐོ་ངེས་ཐོབ་ཀྱང་སྟག་བསྐལ་ནས་  
 གསུམ་གྱིས། །དམ་ལ་མ་བཞག་འཁོར་བ་ཡོད་མིན་ན། །བདེ་འགྲོའི་རྟེན་ལ་བྱ་ངན་  
 འདའ་བའི་གོགས། །མི་ཁོས་གནས་དང་མཚུངས་ལྡན་ལུས་སྦྲངས་ཤོག་ཅིས་སོ། །  
 རང་ལ་དལ་འབྱོར་གྱི་ཆོས་འདི་དག་ཆང་ངམ་མི་ཆང་བརྟགས་ལ་མི་ཆང་ན་སྤྱར་ཆང་  
 བའི་ཐབས་ལ་འབད། ཆང་ན་དགའ་བ་བསྟོམ་སྟེ་སྟེ་སྟོན་རང་གི་དལ་འབྱོར་འདི་  
 ལྟ་བུ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་བསྐྱེད་ནམས་ཆེར་བསགས་པ་ལ་ར་རྒྱལ་མེད་པས་རྗེས་སྟེ་ཡི་  
 རང་དང་། སྟག་བསྐལ་དུ་མ་བྱང་དུ་བསད་ནས་རྟེན་བཟང་འདི་བསྟེད་པའི་མ་དྲིན་  
 མོ་ཆེ་དེའི་དྲིན་དུན་ཏེ་དྲིན་ལན་གཞོ་འདོད་ཀྱི་བསམ་པ་བྱུང་རྒྱུ་ལྟ་བུ་མེས་པ་བསྟེད་པ་  
 དང་། འདི་ལྟ་བུའི་སངས་རྒྱས་བསྐྱབ་པའི་རྟེན་རྒྱལ་བཞིན་ངོ་སྤྱད་པ་པོ་ནི་སྤྱུ་མ་  
 ཡིན་པས་དེའི་བཀའ་དྲིན་དང་ཡོན་ཏན་དུན་པའི་སྟོན་ནས་བསྟོན་པ་དང་སྟོན་ལམ་བྱ།  
 དེ་ཡང་རེས་འགའ་བ་མ་ཡིན་པར་རྟག་ཏུ་སྟོན་སྤྱངས་ལ་འབད་འཆོལ་ཐམས་ཅད་  
 རང་ལ་ཆང་བའི་གནས་ཐོབ་ཀྱང་། རྟེན་མང་རེས་པ་མེད་པའི་ཆོས་སངས་ནས། །འཛིག་  
 རྟེན་པ་ལོ་ཉིད་དུ་སོན་པར་འགྱུར། །ཞེས། དེ་ལྟ་བུའི་དལ་འབྱོར་བདག་རང་ལ་  
 ཆང་བའི་གནས་ཐོབ་པ་འདི་དངོས་སྟེ་ཡིན་ནམ་གྱི་ལམ་ཡིན་སྟམ་པ་ཙམ་གྱི་དགའ་  
 བ་བསྟོམ། དལ་འབྱོར་ལ་སྟིང་པོ་མ་ཡོན་པར་རྒྱུད་ཆོས་སྟོར་ནས་འཛིག་རྟེན་འདིའི་  
 གསོན་པའི་ཆོས་སངས་ཏེ། འཛིག་རྟེན་པ་ལོ་གྱི་ལམ་ལ་སོན་པ་སྟེ་འགྲོ་དགོས་པར་  
 བྱུར་ན་ཅི་བྱ་སྟམ་དུ་སྟོན་ལྟར། བར་ཆད་རྟེན་དབང་དུ་མི་བཏང་བར་སྟོ་ཆོས་སྟེ་འགྲོ་  
 བ་དང་ཆོས་ལམ་དང་འགྲོ་བ་ཞིག་སྤྱུ་མ་ཨོ་རྒྱན་པ་དང་ཀྱན་མཁུན་ཡབ་སྐུས་གཉིས་  
 སྟེ་མེད་པའི་ངོ་བོ་དྲིན་ཆེན་ཅུ་བའི་སྤྱུ་མ་བྱེད་མཁུན་ཞེས་ཁ་ཞེ་མེད་པའི་གསོལ་བ་  
 སྟིང་ནས་འདེབས་པ་ནི། སྟོ་སྟོ་ཆོས་ལ་སྤྱུར་ཅིག་གྱུ་དུ་མཁུན། །ལམ་གོལ་དམན་  
 བར་མ་གཏོང་ཀྱན་མཁུན་རྗེ། །གཉིས་སྟེ་མེད་དོ་དྲིན་ཆེན་སྤྱུ་མ་མཁུན། །གསུམ་པ་



རྟེན་དཀའི་དཔེ་ལ་བསམ་པ་ལ་གཉིས། དང་པོ་རྒྱའི་སྒྲོ་ནས་རྟེན་པར་དཀའ་བ་ནི།  
 ད་པེས་དལ་རྟེན་དོན་ཡོད་མ་བྱས་ན། བྲི་ནས་ཐར་པ་སྐྱབ་པའི་རྟེན་མི་རྟེན། ཞེས།  
 སྦྱར་ལྷ་མའི་ལུས་རྟེན་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དུས་ཁྲིམས་དང་གཏན་ཁྲིམས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁྲིམས་  
 ཡིན་ཅིང་། དེའི་སྤྱིང་དུ་མཆོད་སྦྱོན་དང་། ཆོས་ཀྱི་མཛོད་འཛོལ་པ་སོགས་སྦྱོན་ལམ་  
 བཟང་པོས་མཆོམས་སྦྱར་མེད་ན་ཆོས་ལུན་གྱི་ལུས་རྟེན་ཁྱད་པར་ཅན་ཐོབ་དཀའ།  
 དཔེར་ན་དབྱིད་ས་བོན་མང་ཉུང་གི་དབང་གིས་སྦྱོན་འབྲས་སུ་དེ་ལྟར་སྦྱོན་པ་བཞིན་  
 རོ། །རྒྱལ་སྤྱི་ཞི་བ་ལྷས། དལ་འབྱོར་འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་རྟེན་པར་དཀའ། བྲིས་སུའི་  
 དོན་སྐྱབ་ཐོབ་པར་གྱུར་བ་ལ། གལ་ཏེ་འདི་ལ་ཕན་པ་མ་བསྐྱབས་ན། བྲིས་ནས་  
 ཡང་དག་འབྱོར་བ་གལ་འབྱུར། ཞེས་པ་ལྟར། ད་ལྟའི་དལ་འབྱོར་ཐོབ་པ་འདི་དོན་  
 ཡོད་པར་མ་བྱས་ན་བྲིས་ནས་འདི་ལྟ་སུའི་ལུས་རྟེན་རྟེན་པར་མི་འབྱུར་བས། ས་  
 ལུང་དྲོད་གཤེར་འཛོམ་དུས་ཞིང་ལ་ས་བོན་ཅི་ཐེབ་བྱེད་དགོས་པ་ལྟར། ཉིན་དལ་  
 དང་མཆོན་ཉལ་གྱི་ལོང་མེད་པ་ལྟ་སུའི་སྒྲོ་ནས་ལྟར་དུ་སྦྱིང་པོ་ལེན་དགོས་སོ། །གཉིས་  
 པ་དཔེའི་སྒྲོ་ནས་རྟེན་པར་དཀའ་འཇུག་ནི། བདེ་འགྲོའི་རྟེན་ལ་བསོད་ནམས་ཟད་གྱུར་  
 བ། །ཤི་བའི་འོག་ཏུ་ངན་སོང་ངན་འགྲོར་འབྱུངས། །དགེ་སྤྱི་མི་ཤེས་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་  
 མི་ཐོས། །དགེ་བའི་བཤེས་དང་མི་མཇུག་མཆོང་རེ་ཆེ། ཞེས། བདེ་འགྲོ་མཐོ་རིས་  
 གསུམ་གྱི་ནང་ནས་སྦྱེ་དཀའ་བ་འཛོམ་སུའི་གླིང་པ་ཁམས་དུག་ལུན་དབང་བཞིའི་  
 སྦྱོད་དུ་རུང་བའི་མི་ལུས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཉིད་སྦྱབས་ལེགས་ཅམ་གྱིས་ནི་མ་ཡིན་པར་  
 འཕེན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་གོང་སྒྲོས་ལྟར་བསོད་ནམས་ཆོད་མེད་པ་ལས་སྦྱང་བ་ཡིན་པས་བསོད་  
 ནམས་དགེ་བའི་སྒྲོ་གོང་འཕེལ་ལ་བརྩོན་དགོས། མ་བརྩོན་ན་སྤྱི་མའི་འཕེན་བྱེད་  
 ཀྱི་ལས་དེ་ཟད་པར་གྱུར་ཆེ། རྩོགས་བྱེད་སྤྱི་གའི་དབང་གིས་བྲི་མར་འོག་ནས་འོག་  
 ཏུ་ངན་སོང་ངན་འགྲོ་ལྷ་མཐའ་མེད་པར་འབྱུངས་ཏེ་དགེ་སྤྱི་གསུང་དོར་གྱི་གནས་སྦྱོན་  
 པའི་དགེ་བའི་བཤེས་དང་མི་མཇུག་པས་འཛིག་རྟེན་འདི་ན་མཆོང་དེ་བས་ཆེ་བ་ནི་  
 མེད། དཔེར་ན་རྒྱབས་ཆེན་པོས་རྒྱམ་པར་དཀྱུགས་པའི་རྒྱ་མཆོའི་སྤྱིང་གི་གཏའ་ཤིང་།



གི་སྤྱུ་ག་དང་། རྒྱ་མཚོའི་གཏིང་ན་ཡོད་པའི་རུ་སྤྱུ་ལ་གྱི་མགིན་པ་འཕྲད་པ་ལས་ཀྱང་  
 མི་ལུས་ཐོབ་པར་དགའ་བ་བཙོམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་ལ། ཞི་བ་ལྷས་ཀྱང་།  
 རྒྱ་མཚོའི་ཆེར་གཡངས་གཉའ་ཤིང་གི་ བྲུག་རུས་སྤྱུ་ལ་མགིན་ཆུད་ལྟར། མི་ཉིད་  
 ཤིན་ཏུ་ཐོབ་དགའ་གསུངས། ཞེས་པ་ལྟར། དཔེ་ལ་བརྟེན་ནས་སློབ་བྱུང་ངོ་། བཞི་བ་  
 གངས་ཀྱི་སྒོ་ནས་རྟེན་པར་དགའ་ཚུལ་ལ་གཉིས། དང་པོ། མཐོ་རིས་མིའི་ལུས་  
 ཐོབ་དགའ་ཚུལ་སྦྱར་བ་ལྟན་པ་ནི། སེམས་ཙན་ཙམ་གྱི་གངས་དང་རིམ་པ་ལ། །  
 བསམ་ན་མི་ལུས་ཐོབ་པ་སྤྱིད་མཐའ་ཙམ། ཞེས། སྦྱར་སེམས་ཙན་གྱི་གངས་ལ་  
 བསམ་ན་མི་ལུས་ཐོབ་པ་སྤྱིད་མཐའ་ཙམ་སྟེ། འདི་ལྟར་དཔུལ་བ་ན་མཚན་མོའི་སྐར་  
 མ་ཙམ་ལ། ཡི་དྲུགས་ན་ཉིན་མོའི་སྐར་མ་ཙམ། ཡི་དྲུགས་ན་མཚན་མོའི་སྐར་མ་ཙམ་  
 ལ། རྒྱུད་འགྲོ་ན་ཉིན་མོའི་སྐར་མ་ཙམ། རྒྱུད་འགྲོ་ན་མཚན་མོའི་སྐར་མ་ཙམ་ལ། ལྟ་  
 མ་ཡིན་ན་ཉིན་མོའི་སྐར་མ་ཙམ། ལྟ་མ་ཡིན་ན་མཚན་མོའི་སྐར་མ་ཙམ་ལ། ལྟ་མི་  
 གཉིས་ཉིན་མོའི་སྐར་མ་ཙམ་ལས་མེད་པར་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་མིའི་འགྲོ་བ་ལས་ཀྱང་ཆོས་ལྟན་གྱི་ལུས་ཐོབ་དགའ་ཚུལ་ནི། མི་  
 ཡང་ཆོས་མེད་སྟེག་ལ་སྦྱོད་མཐོང་ན། ཆོས་བཞིན་སྦྱོད་པ་ཉིན་མོའི་སྐར་མ་ཙམ། །  
 ཞེས། སྦྱར་གོང་སྦྱོས་བཞིན་མཐོ་རིས་ལྟ་མི་གཉིས་སྟོན་པ་བཙོམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་  
 གདུལ་བྱའི་མཚོག་ཡིན་པས་ལུས་རྟེན་རྟེན་དགའ་བར་གསུངས་པ་དང་། ལྷན་པར་  
 རྒྱུ་འཛམ་སྤྱི་གྲིང་པའི་མི་ལུས་ནི་དེ་བས་རྟེན་དགའ་བ་ནི། སློབ་དཔོན་ཅན་གོ་མྱའི་  
 ཞལ་ནས། བདེ་གཤེགས་ལམ་རྟེན་འགྲོ་བ་འདེན་པར་ཆས་གྱུར་ཅིང་། སེམས་ཀྱི་  
 སྟོབས་ཆེན་མི་ཡིས་རྟེན་པ་གང་ཡིན་པའི། ལམ་དེ་ལྟ་དང་ཀྱུ་ཡིས་མི་རྟེན་ལྟ་མིན་  
 དང་། མཁའ་ལྡིང་ཤ་ཟ་མེད་མ་ཅི་དང་ལྟོ་འབྲེས་མིན། ཞེས་སོ། དེ་ལྟ་བུའི་འཛམ་  
 སྤྱི་གྲིང་པའི་མི་བརྒྱ་ཡག་མང་པོ་མཚན་མོའི་སྐར་མ་ཙམ་དུས་གཅིག་ལ་ཆོགས་ན་འང་  
 བསོད་ནམས་དགེ་བའི་སློབ་གསུམ་དང་ལྟན་ཞིང་དལ་བརྒྱད་འབྱོར་བཅུ་དྲེ་ལྟ་བ་བཞིན་  
 ཆང་བའི་མི་ནི་ཉིན་མོའི་སྐར་མ་ཙམ་མམ་ལྟ་དུམ་ལ་རའི་མོ་དོག་ལྟར་དགོན་ཞེས། ཨོ་



རྒྱན་ཆེན་པོས། ཡང་ཡང་རྟེན་དཀའ་ལྷ་དྲུམ་སྒྲ་ར་ལྟར། རྟེན་པ་དོན་ལྡན་ཡིད་  
བཞིན་ནོར་བུ་འདྲ། ཞེས་དང་། ཅན་གོ་སྤྱིའི་ཞལ་ནས། གང་ཞིག་ཐོབ་ན་སྦྱི་བའི་  
རྒྱ་མཚོ་མཐར་འབྱེན་ཅིང་། བྱང་རྒྱལ་མཚོག་གི་ས་བོན་དག་བའང་འདེབས་བྱེད་ལ། །  
ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་བས་ཀྱང་ཡོན་ཏན་ཆེར་ལྷག་པའི། མི་ཉིད་དེ་ནི་སུ་ཞིག་འབྲས་  
བུ་མེད་པར་བྱེད། ཅིས་སོ། །དེ་ལྟར་རྒྱ་བྱངས་དཔེ་གསུམ་གྱི་སྒྲོན་ནས་དཀའ་བཞིན་  
རྟེན་པའི་རྟེན་བཟང་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་ལྟ་བུ་འདི་ལ་སྟོང་པོ་ལྷུང་དུ་ལེན་ནུས་པ་  
ཞིག་སྒྲ་མ་མཁྱེན་སྟུམ་པས། སྒྲོ་སྒྲ་ཚོས་ལེ། ལམ་གོལ། གཉིས་སུ། ཞེས་ཁ་ཅམ་  
མིན་པའི་གསོལ་བ་སྟོང་ནས་འདེབས་སོ། །

སྦྱིར་མི་ལུས་ཐོབ་ཚད་དལ་འབྱོར་གྱི་མི་ལུས་རིན་པོ་ཆེ་ཞེས་འབོད་དུ་རུང་བ་ཡིན་པའི་  
ངེས་པ་མེད་དེ། ཀྱན་མཁྱེན་འཛིགས་མེད་གླིང་པས། སྟོམ་མིན་རྒྱུད་ལྡན་རྒྱལ་སྟོན་  
སྟིག་ཏོ་ཅན། གཤམ་ལས་དགའ་དང་ཞལ་ལྷེ་འཁྱོགས་པོར་གཅོད། རྗེ་བོའི་བུན་  
ལྷུང་ཉམས་རྒྱུང་མནར་བ་དང་། ཚོང་པ་དང་ནི་གཡོན་ཅན་ལུས་སྟོང་ཤོག། ཅིས་པ་  
ལྟར། གཞན་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་མ་ཟེན་པའི་རྒྱལ་སྟོན་སོགས་འཛིག་རྟེན་  
གྱི་སྟོབས་འབྱོར་མངའ་ཐང་ཆེ་བཅན་སྟན་གྲགས་ཅི་ཅམ་ཡོད་ཀྱང་རུང་ལམ་གྱི་གླང་  
དོར་མི་ཤེས་ཤིང་སེམས་ཅན་ལ་གཞོད་པ་ཁོ་ན་སྦྱེལ་བའི་རིགས་རྣམས་དུང་འགོ་  
དང་བྱད་མེད་པ་དེ་ལ་མི་ལུས་པལ་པ་ཞེས་བྱ། རྗེ་བཙུན་མི་ལས། ཁྱི་ར་པ་མགོན་  
པོ་རྟོ་རྟོ་ལ། སྦྱིར་དལ་འབྱོར་མི་ལུས་དགོན་གསུངས་ཀྱང་། ཁྱོད་འདྲ་མཐོང་ན་  
དགོན་རྒྱ་མེད། ཅིས་གསུངས་པ་ལྟར། རོན་པ་དང་ཤན་པ་ལྟ་བུའི་ལུས་རྟེན་ནི་ཐོབ་  
པ་བས་མ་ཐོབ་ན་དགའ་ལ་ངན་འགྲོའི་གཉིད་རྫོང་ཡིན་པས་ན་མི་ལུས་ཅམ་པོ་བའམ་  
སྟོང་མེད་ཅས་བྱ། གལ་ཏེ་མི་ལུས་རིན་ཆེན་གླིང་བྱིན་ཡང་། ལུས་རྟེན་བཟང་ལ་  
ལྷུང་པོ་ཆེ་ཡི་སེམས། ཐར་པ་བསྐྱབ་པའི་རྟེན་དུ་མི་རུང་ཁོང་། ཞེས། མི་ལུས་ལྷུང་  
པོ་བའམ་སྟོང་ལོག་མཁན་ཞེས་རང་གི་ཚོས་སྐྱབ་བསམ་པའི་ངེས་ཤེས་ཡོད་རུང་འབྲལ་  
རྒྱུན་གཞན་དབང་ཁོ་ནར་སོང་ནས་ཚོས་ཡང་དག་པ་འབྱུབ་པའི་སྐལ་པ་མེད་པ་ནི་

སྒོན་གྱི་ལས་ཡིན་པར་ཐག་བཅད་ལ་བཤད་འགྱུར་ལྟར་འགྲོད་སྒོམ་བྱ་ཞིང་མ་འོངས་  
 པར་སྒོན་ལས་བཟང་པོ་གདབ། སྤལ་བྱུང་བརྒྱད་ནི། བྱད་པར་བདུད་ཀྱིས་ཟེན་དང་  
 དུག་ལྷ་འབྲུག་ས། །ལས་ངན་ཐོག་ཏུ་བབས་དང་ལེ་ལོས་གཡེངས། །གཞན་ཁོ་ལ་  
 བྱན་གཡོག་འཛིགས་སྒྲིབ་ཆོས་ལྟར་བཅོས། རྫོངས་སོགས་སྤལ་བྱུང་རྒྱུན་གྱི་མི་ཁོམས་  
 བརྒྱད། ཅིས། དང་པོ། ཆོས་རྣམ་དག་བསྐྱབ་འདོད་ཀྱི་སྒོ་ཡོད་ཀྱང་བར་དུ་གཅོད་  
 པའི་བདུད་ནི་ཅི་རིགས་སུ་བརྟུ་བས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ངོས་འཛིན་དཀར་ཡང་།  
 གཞན་རྒྱུན་བདུད་ཀྱི་གོགས་པོས་ཟེན་པ་རྒྱལ་བ་བུ་རྒྱུ་འོ་སྒོ་བདུད་སྒོན་རྣམས་ཀྱིས་  
 བྱ་འབྲུལ་གྱིས་བསྐྱར་བ་ལྟ་བུ་དང་། བདུད་ལྟས་སྒྲིན་ལྟ་བུ་སྒྲེ་སྒོན་བསམ་སྒྲུབ་ངན་  
 པའི་སྒོན་ལས་ལོག་པ་དང་། དགེ་སྒྲོང་ལོགས་སྐར་ལྟ་བུ་ཆོས་ལ་བརྩོན་འགྲུས་བྱ་  
 པའི་དུས་དང་། ཡོན་ཏན་གྱི་འབྲས་སུ་ཐོབ་ཁར་བར་ཆད་དུ་འབྱུང་ཉེ་བས་དྲན་ཤིས་  
 ལྟན་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ། ཆགས་སྤང་གིས་མཛོན་དུག་ལའི་ཉོན་མོངས་ཤིན་ཏུ་རགས་པའི་རིགས་  
 ཅན་རྣམས་ནི། ཆོས་སྐྱབ་འདོད་ཀྱི་སྒོ་རེས་འགའ་ཅམ་སྒྲེ་ཡང་། རང་རྒྱད་ཀྱི་དུག་  
 ལྷ་ཤུགས་ཆེ་བའི་དབང་གིས་ཆོས་ཡང་དག་མི་འགྲུབ་པ་ནི་བྱེད་སྤྱོད་གང་རུང་གི་ལས་  
 ཡིན་པས་འགྲོད་སྒོམ་བྱ། གསུམ་པ། ལས་ངན་གྱི་མཛོ་ཆེན་དོལ་བ་ཞེས་ལུས་ངག་  
 རང་དབང་དུ་མི་འགྱུར་ཞིང་རྣམ་པར་གཡེངས་ {ཕྱི་བདུད་དཀར་པོའི་ཕྱོགས་སུ་མཛོན་པར་  
 གཏོགས་པ་སོགས། མཆན།} པ་ཁོ་ནའི་དབང་དུ་ཤོར་བའམ། ཡང་ན་བཤགས་སྐྱུང་  
 སོགས་ཅི་ཅམ་འབད་ཀྱང་རང་རྒྱད་ལ་ཡོན་ཏན་མི་སྒྲེ་བ་ནི་དམ་ཆོག་ཉམས་ཆགས་  
 སོགས་ཡིན་པས། ལམ་ལ་ཐེ་ཆོམ་མི་བྱ་བར་བཤགས་སྒོམ་དང་བརྩོན་འགྲུས་བསྐྱེད་  
 དེ་ཉམས་སུ་ལེན། བཞི་པ། སྒྱིར་ལེ་ལོ་ནི་བདུད་ཀྱི་ལས་ཡིན་པས་ཐོས་བསམ་  
 སྒོམ་གསུམ་གང་ལ་བར་ཆད་དུ་གསུངས་ཏེ། རི་སྐད་དུ། ལེ་ལོ་ཅན་ནི་བདུད་ཀྱི་ལས་  
 ཡིན་ནོ། །བརྩོན་འགྲུས་ཅན་ལ་བདུད་རྣམས་ལྷག་པར་སྤང་། ཞེས་པ་ལྟར་བྱད་པར་  
 དུ་ཆོས་ལ་བརྩོན་འགྲུས་བྱེད་པ་རྣམས་ལ་ལེ་ལོ་གསུམ་གང་རུང་གིས་བར་ཆད་འབྱུང་



ངེས་པ་ཤེས་པས་ལེ་ལོ་དོག་པས་རྩི། ལུ་པ། གཞན་གྱི་ཁོལ་པོའམ་བྱན་དུ་གྱུར་པ་  
 དག་རང་དབང་དང་བྱལ་བས་ཆོས་རྒྱལ་བཞིན་སྒྲུབ་པའི་སྐལ་པ་མེད་པ་ནི་ར་རྒྱལ་  
 གྱི་ལས་འབྲས་ཡིན་པས་དམན་ས་འཛིན་ཅིང་སྤར་བྱས་ལ་འགྱུར་པས་བཤགས་  
 རྩོམ་བྱ། དུག་པ། ཆོ་འདིའི་ནད་གདོན་སོགས་འཛིགས་སྒྲིབ་གྱི་ཆོས་སྒྲུབ་དགོས་  
 བྱུང་ན་འད་གཞོད་བྱེད་དེ་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་གིས་ཟིན་  
 པར་བྱ་བ་དང་། ནད་གདོན་སྒྲོན་ལས་སུ་ཤེས་པས་འགྱུར་སྒྲོམ་དང་གཏོང་ལེན་བྱ།  
 བདུན་པ། རྟེན་བཀྲམ་དང་སྟན་གྲགས་བསྒྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཆོས་པ་གཟུགས་བརྟན་པ་  
 རྣམས་ནི་གཞན་སྤང་དུ་ཆོས་ལྟར་བཅོས་ཀྱང་རང་ངོས་ཆོ་འདི་ཁོན་དོན་དུ་གཉེར་ནས་  
 ཐར་པའི་ལམ་དང་བྱལ་བ་ཡིན་པས་ངེས་འབྱུང་དང་སྒྲོ་ཤས་རྩལ་འདོན། བརྒྱད་པ།  
 ཤིན་རྒྱུ་རྩོངས་པའི་རིགས་ཅན་རྣམས་ནི་ཆོས་སྒྲོར་ཁྱེད་ཀྱིས་ནའང་ཆོས་ཀྱི་ཆོག་  
 དོན་སྤྱོད་མོ་ཡང་ཤེས་མི་རྣམས་ཏེ་ཐོས་བསམ་བྱེད་པའི་སྐལ་པ་དམན་པ་ནི་སྤར་ཆོས་  
 སྤང་གི་ལས་བསགས་ཤིང་། རྩོན་ལམ་བཟང་པོས་མཚམས་སྦྱར་མ་བྱས་པའི་རྩོན་  
 ཡིན་པས་སྤར་བྱས་ལ་འགྱུར་སྒྲོམ་དང་སྤར་སྒྲུ་མ་འཇམ་པའི་དབྱངས་སོགས་ཀྱི་  
 བསྟེན་སྒྲུབ་དང་བཟང་པོ་སྒྲོད་པ་སོགས་རྩོན་ལམ་ལ་འབད། བདག་ལ་ཆོས་ཀྱི་འགལ་  
 རྒྱར་ལྟག་པའི་ཆོ། སྒྲོ་སྟེ། ལམ་གོ་ལེ། གཉིས་སུ། ཞེས་བདག་ལ་ཆོས་ཀྱི་འགལ་  
 རྒྱ་སྟེ་བར་ཆད་དེ་དག་ནི་བ་དང་ཕྱིས་མི་འབྱུང་བར་བྱེད་ཤེས་དད་པས་གསོལ་བ་སྟོང་  
 བས་འདེབས་པའོ། །

ངེས་ཆད་སྒྲོའི་མི་ཁོམས་པ་བརྒྱད་ནི། རྒྱུ་ཤས་རྒྱུང་ཁིང་དང་པའི་ནོར་དང་བྱལ། །  
 འདོད་སྟེད་ཞགས་པས་བཅིངས་དང་ཀུན་སྒྲོད་རྒྱུ། མི་དག་སྟེག་ལ་མི་འཛོམ་ལས་  
 མཐའ་ལོག་སྒྲོམ་པ་ཉམས་ཤིང་དམ་ཆོག་རལ་པ་སྟེ། ངེས་ཆད་སྒྲོ་ཡི་མི་ཁོམ་རྣམ་པ་  
 བརྒྱད། རྩིས་དང་པོ་ནི། སྤྱིར་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་སྟུག་བསྐྱལ་གསུམ་གྱི་རང་  
 བཞིན་ཡིན་པ་དང་། འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་སྐད་ཅིག་ཅུ་ཡང་རྟག་བརྟན་མེད་ཆུལ་  
 སོགས་ཐོས་ཀྱང་སྒྲོ་ཤས་དང་ངེས་འབྱུང་གི་སྒྲོ་གཏན་ནས་མི་སྒྲིམ་ན་ཆོས་རྩལ་པ་

ནས་རུལ་བས་ཡང་དག་པའི་ཆོས་འགྲུབ་པའི་སྐལ་བ་ཆད། གཉིས་པ། ཆོས་དང་  
 གྲུ་མ་ལ་ཁ་ཞེ་མེད་པའི་དད་པ་སྤྱིར་ནས་མེད་ན་བསྟན་པའི་འཇུག་སྒོ་འགགས་ཏེ་ཐར་  
 པའི་ལམ་དུ་མི་ཚུད། གསུམ་པ། འདོད་སྤྱིར་ཆེ་བའི་རིགས་ཅན་གྲོགས་སུ་ཚོར་ལོངས་  
 སྤྱོད་གཉེན་འདུན་སྟགས་འཆིང་བ་དམ་པོས་རང་རྒྱུད་བཅིང་སྟེ་དེའི་དོན་དུ་འབད་  
 རྩལ་སྟགས་ཀྱིས་གཡངས་པས་ཆོས་བྱེད་པའི་ལོང་མེད། བཞི་པ། རང་རྒྱུད་ལ་ཞི་  
 དུལ་སྟགས་མི་གཞི་ཏིལ་འབྱུ་ཙམ་ཡང་མེད་པས་ཀྱུན་སྤྱོད་ལ་སྤྱོད་འདོན་མེད་པའི་  
 རིགས་ཅན་དག་བཤེས་གཉེན་དང་འཕྲད་ཀྱང་དམ་པའི་ལམ་ལ་བསྐྱར་དགལ། ལྔ་  
 པ། ཁེལ་དང་དོ་ཆ་མེད་པས་མི་དག་བའི་སྤྲིག་ལ་མི་འཛེམས་གིང་སྒོ་གསུམ་ཉེ་བར་  
 མ་ཞི་བའི་དམ་པའི་ཡོན་ཏན་དང་བྲལ་ཏེ་ཆོས་ལ་ཡིད་མི་ཕྱོགས། ནུག་པ། ལས་  
 གྱི་མཐའ་ལོག་ལམ་དུ་ཞུགས་གིང་ཆོས་ཀྱི་སྤྱང་བ་མེད་པ་བྱིའི་སྒོན་དུ་རྩ་བ་ཞག་པ་  
 ལྟར་ཆོས་ལ་རྒྱབ་འགལ། བདུན་པ། སོ་ཐར་གྱི་འདུལ་བྲིམས་དང་བྱང་སེམས་ཀྱི་  
 བསྐྱབ་པ་ཉམས་ན་དན་སོང་ལས་འགོ་ས་མེད་པས་མི་ཁོམས་པའི་གནས་ལས་མི་ཐར།  
 བརྒྱད་པ། གསང་སྟགས་ཀྱི་སྒྲོར་ཞུགས་ནས་གྲུ་མ་དང་མཆོད་གྲོགས་སྟགས་ཀྱི་དམ་  
 ཆོག་འགལ་ཉམས་བྱུང་ན་རྫོ་རྫེ་དཔུལ་བར་འགྲོ་བས་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་སྐལ་བ་ཆད་པ་  
 སྟེ་བརྒྱད་པོ་འདི་ནི་ཆོས་ལ་རིང་ཞིང་ཐར་པའི་སྒྲོན་མེ་རུབ་པ་ཞེས་བྱའོ། །

དེ་ལྟར་ལུགས་འདི་ལ་དལ་བའི་རང་བཞིན་ཆོས་ཉི་ལུ་རྩ་བཞི་བྱུང་བར་གྱི་འབྱོར་བ་  
 བརྒྱ་སྟེ་དལ་འབྱོར་གྱི་རང་བཞིན་ཆོས་སུམ་རྩ་རྩ་བཞིར་གསུངས་པ་ཅི་ཡིན་སྟུམ་ན།  
 སྤྱིར་ཐིག་ཟབ་མོའི་གདམས་པ་འདི་ནི་ཆོ་ལུས་གཅིག་གམ་ལོ་ཟླ་ཙམ་གྱིས་སངས་རྒྱུས་  
 པའི་ལམ་ཟབ་མོ་ཡིན་པས་ལམ་གྱི་ཆ་རྒྱུན་འདི་དག་ངེས་པར་ཆང་ལོས་དགོས། དཔེར་  
 བ་ཡུད་ཙམ་གྱི་ཁ་སྒྲོམ་སེལ་བྱེད་དུ་ལམ་ཁ་ཞིག་ནས་ཆ་རྫེ་ཞིག་བསྐོལ་རྒྱལ་མཚོན་  
 བ། སྒོལ་རྒྱུའི་རྫེ་དེའི་སྤྱོད་རྒྱུ་གིང་སྟགས་མང་པོ་འཛོམ་དགོས་ལ། མི་གཅིག་སུ་  
 འབྱུང་ཐབས་ལའང་མི་ཆ་མེད་སྟེ་སྒྲུབ་ལག་པའི་འདུ་བྱེད་ནམས་མ་ཆང་ན་མི་འབྱུང་  
 མི་རྒྱས་པ་དང་། གཞན་འཛོམ་ཡང་སྒྲུབ་གཅིག་པོ་མེད་ན་འང་རྫེ་བསྐོལ་རྒྱུ་གཏན་

ནས་བཞོལ་དགོས་ལ། ལར་རང་རྒྱུད་ལ་ལགས་པར་བརྟགས་ན་དལ་འབྱོར་བཙོ་  
 བརྒྱད་ཅུ་ཡང་ངེས་པར་ཚད་དཀའ་ལ། དལ་བ་ལས་འབྱོར་བ་ཚད་མིན་གོང་ནས་  
 བཤད་པ་ལྟར་ཡིན་ལ། རྒྱུད་པར་དུ་རྒྱལ་བ་ཐབས་ལ་མཁས་པས་དུས་དང་གདུལ་བྱའི་  
 ཁམས་དང་བསྐྱེད་ཏེ་གང་འདུལ་གྱི་ཆོས་སྟོན་པས་ན། དེར་སངས་སྤྲིགས་མའི་དུས་  
 འདིར། ཆོས་བྱེད་གཟུགས་བརྟན་པ་གདུགས་ཞབས་གྱི་སྒྲ་མ། རི་ཁྲོད་གྱི་ཆོས་པ།  
 རྒྱལ་ཁམས་གྱི་བྱ་བ་ཤར་སོགས། བཟང་པོར་སྒྲོམས་པ་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་པལ་ཆེར་  
 མི་ཁོམས་པ་འདི་དག་གི་དབང་དུ་སོང་ནས་ཆོས་བྱེད་ལོ་བྱས་ཀྱང་ཡང་དག་པའི་ལམ་དུ་  
 མི་འགོ་བ་ནི་དེས་ལན་པ་ཡིན་གསུངས། དེའི་ཕྱིར་དང་པོ་དལ་འབྱོར་གྱི་ཆོས་འདི་  
 དག་ཚད་ངམ་མི་ཚད་ལེགས་པར་བརྟགས། ཚད་བར་འདུག་ན་དགའ་བ་སྒྲོམ་ཞིང་  
 སྒྲར་དགེ་སློག་འཕེལ་ལ་སློབ་ཞེན་བརྩོན་ཏེ་རྟེན་བཟང་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ཆེ་འདིར་  
 སངས་རྒྱུས་པ་ཞིག་མི་བྱེད་རེ་སྟུམ་པའི་དམ་བཙའི་རི་མོ་སྟོང་ལ་བྱ། མི་ཚད་ན་སྟོ་  
 དུ་མ་ནས་ཚད་པའི་ཐབས་ལ་འབད། དེ་ལྟར་མ་བརྟགས་ན་གོང་སྒྲོམ་ལྟར་ཆོས་བརྒྱུད་  
 གྱིས་བསམ་པས་ཀུན་ནས་བསྐྱང་བའི་ཐོས་བསམ་དང་གོས་སོགས་ཡོན་ཏན་སྤྲན་  
 ལུ་རེ་ལ་སྒྲོམས་ནས་སྤྲལ་དོག་དང་ར་རྒྱལ་གྱི་དབང་གིས་དགེ་བའི་ལོ་ཏྲག་སང་གྱིས་  
 བྱེད་ཏེ་ཡོན་ཏན་རྒྱུད་ལ་སྟེ་བ་ལྟ་ཞོག །བསྐྱེད་པའི་སྒྲ་བཙོང་དགོན་མཆོག་གི་རྒྱང་  
 འདྲེན་ཡིན་པས་རང་སྟོན་འདི་ཤེས་པར་བྱས་ལ། སྟོན་ཡུལ་སྤྱད་དགོས་གསུངས།  
 ཅིའི་ཕྱིར་སྟུམ་ན་བསྐྱབ་བྱ་སངས་རྒྱུས་གྱི་གོ་འཕང་ཡིན་མོད། དེ་སྐྱབ་བྱེད་ལམ་གྱི་  
 ཆ་རྒྱུན་རྟེན་འབྲེལ་ཐབས་ཚུལ་དུ་མ་ཞིག་ལ་བརྟེན་དགོས་པ་ནི་མདོ་སྤྲལ་ཞལ་མཐུན་  
 ཅིང་དམ་པ་གོང་མའི་རྣམ་ཐར་ཚད་མས་ཀྱང་གྲུབ་པའོ། །བདག་ལ་ཆོས་གྱི་འགལ་  
 རྒྱར་ལྟག་པའི་ཆོ། སྟོ་སྟོ་ ལམ་གོ་ལ་། གཉིས་སུ་། ཆོས་གྱི་འགལ་རྒྱ་མི་ཁོམས་པ་  
 དེ་དག་གི་དབང་དུ་མི་འགོ་ཞིང་དལ་འབྱོར་སྤྲན་སྤུམ་ཆོགས་པ་ཞིག་སྒྲ་མ་བྱེད་མཐུན་  
 སྟུམ་པས་སྟོང་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་པར་བྱའོ། །  
 སྟོན་འཇུག་ལས། འདི་འདྲའི་དལ་བ་རྟེན་གྱུར་ནས། །བདག་གིས་དགེ་གོམས་མ་

བྱས་ན། །འདི་ལས་བསྐྱས་པ་གཞན་མེད་དེ། །འདི་ལས་སྐྱེས་པ་གཞན་མེད་དོ། །  
 ཞེས་པ་ལྟར། ད་ཅེས་གྱི་སྐྱེ་བ་འདིར་འདུན་པ་གཏན་ལེགས་དང་གཏན་ཉེས་གྱི་སྐོ་  
 མཚམས་ཡིན་པས་ཆེ་འདིར་བཅན་ས་ཟིན་པ་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་འབད་དགོས་སྐྱུ་དུ་སྐྱོར་  
 བ་སེམས་བསྐྱེད་དངོས་གཞི་དམིགས་མེད་འཇུག་བསྡོ་བ་སྟེ་དམ་པ་གསུམ་གྱིས་ཟིན་  
 པའི་སྒོ་ནས་ཉམས་སུ་བྱུང་ངོ། །དལ་འབྱོར་རྟེན་པར་དགའ་བའི་བྲིད་གྱི་རིམ་པའོ། །  
 གཉིས་པ་ཆེ་མི་རྟག་པར་བསྟན་པའི་བྲིད་ལ་བརྟུན། བྱི་སྒོ་ད་གྱི་འཛིག་རྟེན། བར་  
 བཅུད་གྱི་སེམས་ཅན། དམ་པའི་སྐྱེས་ལ། སྐྱེ་རྒྱུའི་བདག་པོ། དཔེ་དོན་སྣ་ཚོགས།  
 འཛི་རྒྱུན་དེས་མེད། འདུན་པ་དྲག་པོ་ལ་བསམ་ནས་མི་རྟག་པ་སྒོམ་པའོ། །ད་ལྟ་ནད་  
 དང་སྟག་བསྐལ་གྱིས་མ་གཟིར། །བྲན་ཁོལ་ལ་སོགས་གཞན་དབང་མ་གྱུར་པས། །  
 རང་དབང་ཐོབ་པའི་རྟེན་འབྲེལ་འགྲིགས་དུས་འདིར། །སྒོམས་ལས་རང་དུ་དལ་  
 འབྱོར་རྟུང་གསོན་ན། ཞེས། ད་ལྟ་ཡུད་ཅམ་འདི་ལ་ལུས་འབྱུང་འབྱུགས་ནད་གྱིས་  
 མ་ཟིན། ཆོས་ཉན་བསམ་ལ་བར་དུ་གཅོད་པའི་སེམས་སྟག་བསྐལ་གྱིས་ནི་མ་  
 གཟིར། བྲན་གཡོག་སོགས་གཞན་དབང་དུ་ནི་མ་གྱུར། གོས་ལྷག་སྒྲོབ་ཅམ་དང་  
 ཟས་ཐབས་ཆག་ཅམ་གྱི་འབྱོར་བ་ནི་རང་ལ་ཡོད། མེད་ཀྱང་གཞན་ལ་བཅོལ་  
 བ་རང་ཉུང་ཟད་རེ་དེས་པར་རྟེན། སྤྱ་མ་དམ་པས་བརྟེ་བས་རྗེས་སུ་བཟུང་བའི་དུས་  
 འདིར། ཡོ་རྒྱུན་རིན་པོ་ཆེས། ད་ཅེས་ཕུན་ཚོགས་རྒྱུན་ཀྱན་འབྱོར་དུས་འདིར། བརྩོན་  
 འགྲུས་དྲག་པོས་སྤྱིད་ལས་འདའ་བར་མཛོད། ཅེས་པ་ལྟར། ཆོས་བསྐྱབ་པའི་  
 མཐུན་རྒྱུན་སྣ་ཚོགས་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་འདི་འདྲ་ནི་ནམ་ཡང་བསྐྱིགས་ཀྱང་འགྲིགས་  
 དགའ། ད་ནི་ལེ་ལོ་སྒོམ་ལས་གྱི་དབང་དུ་སྐྱད་ཅིག་ཅམ་ལའང་མི་བཏང། སྟེག་  
 མའི་མགོ་ལ་མེ་ཤོར་བའོ། ལྷར་མའི་བར་དུ་སྐྱུལ་ཞུགས་པ་ལྟ་བུའི་སྒོ་ནས་སྤྱིར་པོ་  
 ལྷར་དུ་ལེན་མ་ལུས་ན་དལ་འབྱོར་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཁོར་བུ་ལྟ་བུའི་རྟེན་པ་ནི་དགའ་ཡང་  
 ལྷར་དུ་འཛིག་པའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པས་སང་བྱེད་གནང་བྱེད་གྱི་བྱི་བཤོལ་དུ་མ་ཤོར་  
 བར་འཕལ་འཕལ་དུ་བརྩོན་དགོས་ཏེ། སེམས་ཉིད་ངལ་གསོ་ལས། དེ་ལྟར་རྟེན་



དགའི་དལ་བ་ཐོབ་ཁྱུར་གྲང་། རྒྱད་ཅིག་མི་རྟག་འགྱུར་བའི་ཆོས་ཅན་ཏེ། ཁྲམ་  
 བར་བརྟགས་ན་སྤྱིང་པོ་འགའ་མེད་བས། །ལྷ་བ་དོས་འདྲ་ཡིད་རྟོན་མི་རུང་བས། །  
 ཉིན་མཆོན་ཀྱང་ཏུ་ཤེས་པར་འཆི་བ་སོམས། །ཞེས་པ་ལྟར། དང་པོ་ཕྱི་སྟོང་གྱི་འཇིག་  
 རྟེན་ལ་བསམ་ནས་མི་རྟག་པ་སྒྲོམ་པ་ནི། འདི་ལྟར་འགྲོ་བ་སྤྱི་མཐུན་གྱི་བསོད་ནམས་  
 ལས་གྲུབ་པའི་ཕྱི་སྟོང་གྱི་འཇིག་རྟེན་གླིང་བཞི་རི་རབ་ལྷ་གནས་དང་བཅས་པ་སྤྱི་  
 འབྲས་པ་བསྐྱལ་པའི་བར་དུ་གནས་པ་འདི་དག་གྲང་མཐར་མེ་བདུན་ཚུ་གཅིག་གིས་  
 འཇིག་ཅིང་མི་རྟག་པར་འགྱུར་བ་ཅན་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། སྟོད་བཅུད་མི་རྟག་  
 སྤྱིད་པ་ཆགས་འཇིག་གིས། །མེ་བདུན་ཚུ་གཅིག་རྒྱུད་གིས་གཏོར་བའི་ཆོ། །ཁོར་  
 ཡུག་རིན་ཆེན་གླིང་དང་རིས་བསྐྱར་བའི། །ལྷན་པོ་རིན་ཆེན་གཞི་ཡང་མི་རྟག་ཅིང་། །  
 ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའ་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་བའི་སྐབས། །ཤེས་པར་སོམས་ལ་སྤྱིང་ནས་  
 ཆོས་མཛོད་ཅིག་ཀྱིས་སོ། །གཉིས་པ། བར་བཅུད་ཀྱི་སེམས་ཅན་མི་རྟག་པ་སྒྲོམ་  
 པ་ནི། འདི་ལྟར་སྤྱིད་པའི་ཕྱི་མོ་ནས་དཔྱལ་བའི་གནས་ཡན་ཆད་ན་སེམས་ཅན་ཡོད་  
 རོ་ཅོག་འཆི་བའི་གནས་ལས་ཐར་བ་ནི་གཅིག་གྲང་མེད་ལ། དཔེར་ན་ས་སྤྱིང་གི་  
 འགྲོ་བ་མི་ལ་མཆོན་ན། དེ་རིང་ཉི་མ་འདི་ཡན་ཆོད་མི་ལོ་བརྒྱའི་གོང་རོལ་ནས་སྤྱིས་  
 པའི་འཇམ་བུ་གླིང་གི་མི་མཆོག་དམན་བར་མ་བརྩེ་བའི་ཆད་ལས་འདས་པ་ཞིག་བྱུང་  
 བ་ཡང་ད་ལྟ་མིང་གི་ལྷག་མ་ཙམ་ལས་གཅིག་གྲང་མེད། རྩོམ་ལས་སམ་ཆོ་སྒྲུབ་པའི་  
 ཐབས་ཀྱིས་བརྒྱ་ལྷག་རེ་སྒྲུབ་པ་ཙམ་ནི་མ་གཏོགས་སོ། །  
 དེ་བཞིན་དུ་དེ་རིང་ནས་སྤྱིས་པའི་བྱིས་པ་ཚུན་ཆད་ལོ་བརྒྱ་སོང་དུས་ན་ཡང་དེ་ལྟར་  
 ཏུ་འགྱུར་ཤིང་ཏེ། སྤྱིང་ཡིག་ལས། སའམ་འོན་ཏེ་མཐོ་རིས་ན། །ལ་ལ་སྤྱིས་ནས་མ་  
 ཤི་བ། །འགའ་ཞིག་ཁྱོད་ཀྱིས་མཐོང་བའམ། །ཐོས་སམ་འོན་ཏེ་ཐེ་ཆོམ་བ། །ཞེས་  
 སོ། །གསུམ་པ། དམ་པའི་སྤྱིས་བུ་ལ་བསམ་ནས་མི་རྟག་པ་སྒྲོམ་པ་ནི། འདི་ལྟར་  
 ད་ལྟའི་བསྐྱལ་བ་བཟང་པོ་འདི་ལ་སྟོན་བྱོན་སངས་རྒྱས་རྣམ་པར་གཟིགས་སོགས་  
 རབ་བདུན་དང་། ད་ལྟའི་སངས་རྒྱས་ཤུག་སྒྲུབ་པ་རྣམས་འཁོར་ཉན་ཐོས་དང་བྱང་

རྒྱལ་སེམས་དཔའི་ཚོགས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དང་བཅས་བྱོན་ནས་ཐོག་པ་གསུམ་གྱི་

ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་བ་བསྐྱོར་ཏེ་གདུལ་བྱའི་སེམས་ཅན་དཔག་ཏུ་  
 མེད་པ་རྣམས་གྲོལ་ལ་བཀོད་པར་མཛད་པ་དེ་དག་གི་བསོད་ནམས་བརྒྱ་ལས་གྲུབ་པའི་  
 རྩོམ་ལྷུ་ཡང་ཐུང་ན་ལས་འདའ་བའི་རྒྱལ་བསྟན་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱ་གར་  
 འཕགས་པའི་ཡུལ་དུ་བཀའི་བསྟུ་བ་མཛད་པའི་དགྲ་བཙུམ་ཆེན་པོ་ལྟ་བུ། གཞན་  
 འདས་རྩེས་ཐོབ་པའི་པཎ་ཆེན་རྣམས་བཞི། མཚོག་གི་རིག་འཛིན་ཆེན་པོ་བརྒྱད། འཛམ་  
 བུ་སྤྱིར་གི་རྒྱན་དུག་མཚོག་གཉིས། གྲུབ་པ་ཐོབ་པའི་རྣལ་འབྱོར་བརྒྱད་ཅུ། བོད་  
 གངས་ཅན་གྱི་ལྷོངས་འདིར་ཨོ་རྒྱན་སངས་རྒྱས་གཉིས་པས་སྤྱོན་གྲོལ་གྱི་ཆོས་འཁོར་  
 བསྐྱོར་བའི་སྐབས་སུ་རྩེ་འབངས་གྲུབ་ཆེན་ཉེར་ལྔ། ཡེར་བའི་གྲུབ་ཆེན་བརྒྱད་ཅུ་  
 སོགས་དང་། བྱིས་སུའང་། རྟིང་མའི་སོ་རྒྱར་གཞུབ་གསུམ། གསར་མའི་མར་མི་  
 དུགས་གསུམ་སོགས་མཁས་གིང་གྲུབ་པ་བརྟེས་པའི་སྤྱིས་བྱ་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་བ་  
 བྱོན་ཅིང་། དེ་དག་ལས་ཆེར་ཐོག་བཅས་ཐོག་མེད་དུ་བྱེད་པ་སོགས་རྒྱ་འབྲུལ་ཡ་མ་  
 རྒྱུ་ལྟོན་རྣམས་ལ། འབྲུང་བ་བཞི་ལ་རང་དབང་བརྒྱར་པ་སོགས་ས་གསུམ་ན་འགན་  
 ལྷ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་རྣམས་ཐར་སྟེ་རེ་ཐོས་པས་གྲོལ་བ་དེ་དག་གྲང་མཐར་མི་རྟག་  
 པའི་རྒྱལ་བསྟན་ཏེ་ད་ལྟ་དེ་ལྟ་བུའི་ཞེས་པ་ཙམ་ལས་མི་བཞུགས་ཏེ། སློབ་དཔོན་  
 དཔལ་པོས། ཅི་སྟེ་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་སྒྲུ། །མཚན་དང་དཔེ་བྱད་གྱིས་བརྒྱན་  
 པའི། རྩོམ་ལྷུ་ཡང་མི་རྟག་ན། རྒྱ་གིང་སྤྱིར་པོ་མེད་འདྲ་བའི། །ལུས་ཅན་རྣམས་  
 ལ་སྤྱོས་ཅི་དགོས། །ཞེས་པ་ལྟར་རང་རེ་སྟུག་བདེན་གྱི་སྤང་པོ་ཟག་པ་དང་བཅས་  
 པ་འདི་ཅིའི་ཕྱིར་རྟག་བཞི་པ། སྤྱི་རྒྱའི་བདག་པོ་ལ་བསམ་ནས་མི་རྟག་པ་སྤྱོམ་པ་  
 བློ། འདི་ལྟར་སྤྱི་རྒྱའི་བདག་པོ་ཆངས་པ་ལ་སོགས་སྟོབས་དང་གཟི་བཙུན་དང་ལྷན་  
 པ་རྣམས་དང་གཞན་ཡང་ལྟ་དང་མི་ཡི་དྲང་སྟོང་མངོན་པར་གཤེས་པ་ལྟ་དང་ལྷན་གྱིང་  
 རྒྱ་འབྲུལ་གྱི་ནམ་མཁའ་འགོ་རྣམས་པ་རྣམས་དང་། སྟོབས་དང་འབྱོར་པས་མངོན་པར་





མཐོ་བའི་འཁོར་ལོས་སྒྲུར་བའི་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་རྣམས་དང་། རྒྱ་གར་གར་ནུབ་གྱི་  
 རྒྱལ་པོ་མངའ་ཐང་སྟོབས་འབྱོར་རྒྱས་པ་དུ་མ་དང་། བོད་འདིར་ཡང་སངས་རྒྱས་  
 བྱང་སེམས་ཀྱི་སྤྱལ་པ་ཆོས་རྒྱལ་ཆེན་པོ་རིམ་གྱིས་བྱོན་པ་རྣམས་ཀྱང་ད་ལྟ་དེ་ལྟ་བུ་བྱོན་  
 བྱེད་ཞེས་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཙམ་ལས་མེད་པ་ནི། ཡོན་ཏན་རིན་པོ་ཆེའི་མཛོད་ལས། ཆངས་  
 དབང་བདེ་འབྱུང་འཁོར་ལོས་སྒྲུར་རྣམས་ཀྱང་། །འཆི་བདག་བདུད་ལས་བཟུང་བའི་  
 ཐབས་མ་མཆིས། །ཞེས་སོ། །རང་རེ་ཉམས་རྒྱུད་དཔལ་ཡོངས་འབུ་སྟོན་ལྟ་བུ་རྣམས་  
 མི་རྟག་པ་ལྟ་ཅི་སྟོས། ལྟ་བུ་དཔེ་དོན་སྣ་ཆོགས་ལ་བསམ་ནས་མི་རྟག་པ་སྟོམ་པ་  
 བྱི་། སྦྱིར་སྦྱེ་འགྲོ་ཀྱང་གྱི་ཆེ་ལོ་དང་བསྐྱལ་བའི་འཕེལ་འགྲིབ། བྱེ་བྲག་ནམ་ལྷ་དུས་  
 བཞེའི་འགྲུར་ལྟོག། ཉིན་དང་མཚན་དང་རྒྱུ་ཆོད་ཙམ་ཡང་སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་གིས་  
 འགྲུར་བ་ཅན་ལས་རྟག་པ་དང་བརྟན་པ་ནི་གཅིག་ཀྱང་མེད་ལ། དེ་བཞིན་དུ་འགྲོ་  
 བའི་ལམ་མི་རྟག། རྩོད་པའི་གནས་མི་རྟག། བཟའ་བའི་ཟས་མི་རྟག། བགོ་བའི་  
 གོས་མི་རྟག། འགྲོགས་པའི་གཉེན་མི་རྟག། བསམ་པའི་སེམས་མི་རྟག། སྦྱིད་  
 རྟུག་གི་སྦྲང་བ་མི་རྟག་སྟེ། ཨོ་རྒྱན་ཆེན་པོས། བ་ཅིང་ད་ལོའི་ནམ་ལྷའི་སྟོད་སྟོད་  
 དང་། །ཞག་དང་ཉིན་མཚན་སྐད་ཅིག་དུས་མི་རྟག། ཅིས་དང་། སྦྱུ་མ་སྟིག་རྒྱ་མི་ལམ་  
 གཟུགས་བརྟན་དང་། །བྱི་བའི་གྲོང་ཁྱེར་བྲག་ཆ་ལྟ་བུར་སྟོད། །རྒྱ་ལྷ་རྒྱ་བུར་མིག་  
 ཡོར་སྤྱལ་པ་སོགས། །ཤེས་བྱ་སྦྱུ་མའི་དཔེ་བཅུ་དེ་བཞིན་དུ། །འཁོར་འདས་ཆོས་  
 རྣམས་དེ་ལྟར་ཤེས་པར་གྱིས། །ཞེས་སོ། །དུག་པ། །འཆི་རྒྱུན་དེས་མེད་ལ་བསམ་  
 བས་མི་རྟག་པ་སྟོམ་པ་ནི། །འདི་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྦྱེ་བ་ཙམ་ནས་འཆི་  
 བའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་པ་ཤེས་རུང་། །འཆི་ལུགས་དང་འཆི་རྒྱུན་དང་འཆི་བའི་དུས་  
 ཆོད། བས་འཆི་དང་དེར་འཆི་དང་། །འདི་ལྟར་འཆི་བ་ནི་སྤྱས་ཀྱང་ཤེས་དག་འདྲེ།  
 སྟོད་འཇུག་ལས། དེ་རིང་ཁོ་ན་མི་འཆི་ཞེས། །བདེ་བར་འདུག་པ་རིགས་མ་ཡིན། །  
 །ཞེས་སོ། །

འཆི་བའི་རྒྱུན་ནི་མང་ཞིང་འཆི་བའི་རྒྱུན་ཉུང་ལ། སྟོབ་དཔོན་ལྷ་ཅུ་དེ་བས། །འཆི་

བའི་རྒྱུན་ནི་ཤིན་ཏུ་མང། །འཆོ་བའི་རྒྱུན་ནི་ཤིན་ཏུ་ཉུང། །དེ་ཡང་འཆི་བའི་རྒྱུན་  
 ཏུ་འགྱུར། །ཞེས་པ་ལྟར། ཉན་དང་། གདོན་དང་། མེ་དང་། རྩ་དང་། རྟག་དང་།  
 མཚོན་དང་། གཡང་ས་དང་། མི་ཚོད་དུག་སྐུལ་གཅན་གཟན་སོགས་སྒོ་བྱར་ཡེ་  
 འགོགས་ཀྱིས་འཆི་བའི་རྒྱུན་མང། །གཞན་འཆོ་བའི་རྒྱུན་དུ་སྒྲོམས་པའི་ཟས་དང་  
 གོས་ལ་སོགས་པའང་འཆི་རྒྱུ་ཏུ་འགྱུར་བ་ཡོད། དེ་བཞིན་དུ་འཛིག་རྟེན་ཆོ་འདིའི་  
 ཆེད་དུ་མི་བྱ་བ་ནི་གཅིག་ཀྱང་མེད་དེ། ལྟོ་གོས་དོན་གཉིས། དག་འདུལ་གཉིན་སྒྲིང་།  
 ཚོང་དང་སོ་ནམ། འདོད་པ་སོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་པ་རོ་བྱས་མི་མཐོང་། ལུ་པ་ས་མི་  
 མཐོང་བར་འཆི་བའང་ཡོད། དུས་ཚོད་ཀྱང་ཉིན་མཚན་རྒྱུ་ཆོད་འདི་ལྟ་བུ་ལ་འཆི་ཞེས་  
 ཆད་བཟུང་མི་ཤེས། འཛིག་རྟེན་འདིའི་འདུན་སྤྱུག་གི་རིང་བྱང་ལ་ངེས་པ་མེད་པས་  
 སྒོ་སྒྲ་བྱེད་ཀྱིས་བསྐྱར་དགོས་སོ། །བདུན་པ། འདུན་པ་དྲག་པོ་ལ་བསམ་ནས་མི་  
 རྟག་པ་བསྐྱོམ་པ་ནི། དུས་རྟག་ཏུ་འགོ་འདུག་སོགས་བྱ་བ་གང་བྱས་ཀྱང་འདི་ནི་སྒྲིང་  
 ལམ་གྱི་ཐ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ངག་གིས་བརྗོད་ཅིང་སེམས་ལ་དུད་དེ་བསྐྱོམ་པར་བྱ་སྟེ།  
 མགོན་པོ་ཁྱེད་ཀྱིས། ཆོ་འདི་གཞོད་མང་རྒྱུད་གིས་བཏབ་པ་ཡི། །ཁྱུ་ཡི་རྒྱུ་བྱར་ལས་  
 ཀྱང་མི་རྟག་ན། །དཔུགས་དཔྱུང་དཔུགས་རྒྱུ་གཉིད་ཀྱི་ལོག་པ་ལས། །སང་ཤོས་ས་  
 གང་ལགས་དེ་ནི་ངོ་མཚར་ཆེ། །ཞེས་པ་ལྟར་གནས་གཞན་དུ་འགོ་ནའང་དེར་འཆི་འམ་  
 རྒྱུར་ཞེ་སྟེ་བ་ཆ་མེད་སྟམ་པ་དང་། ལམ་བར་གྱི་ངལ་སྟེགས་ལྟ་བུ་ལ་སྒྲིང་ན་འདིར་  
 འཆི་འམ་སྟམ་པའི་སྒྲོ་སྒྱུངས། མཚན་མོ་ཉལ་བའི་དུས་ཀྱང་སང་ཉི་མ་ཤར་བ་དང་  
 ཆོ་ཕྱི་མའི་སྤང་བ་ཤར་རྒྱ་གཉིས་གང་སྤྲ་སྟམ་པ་དང་། ཉམ་ལངས་པའི་དུས་སྤྱིའང་  
 དེ་རིང་ཉིན་གང་འདི་ལ་འཆི་འམ། དོ་རྒྱུ་སྤྱར་ཉལ་བའི་ངེས་པ་མེད་དོ་སྟམ་པ་སོགས་  
 སྒྲིང་ལམ་ཀུན་ཏུ་བྱེད་ཤེས་དང་མ་བྱལ་བའི་སྒོ་ནས་སྒྲོ་སྒྱུང་། མདོ་ལས། སང་དང་  
 འཛིག་རྟེན་སྟེ་མ་གཉིས། སྒྲིན་དུ་གང་འོང་གཏོལ་མེད་པས། །སང་གི་ཆེས་ལ་མ་  
 འབད་པར། །ཕྱི་མའི་དོན་ལ་འབད་པར་རིགས། །ཞེས་དང་། སྒྲིང་འཇུག་ལས།  
 ཐམས་ཅད་པོར་ཉེ་ཆ་དགོས་པར། །བདག་གིས་དེ་ལྟར་མ་ཤེས་པས། །ཞེས་པ་



ལྷར་། སྤྱིར་ལུས་སེམས་ཀྱི་ཚོགས་པ་མི་རྟག་པས་གཡར་པོ་བདག་རྒྱུ་མ་འདྲོན། འགྲོ་  
བའི་ལམ་མི་རྟག་པས་གོམ་པ་ཚོས་བྱོགས་སུ་འདོད། འདུག་ན་གནས་མལ་མི་རྟག་  
པས་ཞིང་ཁམས་ཡིད་ལ་བྱོས། བཟའ་བཏུང་དང་ཡོངས་སྤྱོད་མི་རྟག་པས་ཉིང་དེ་  
འདྲོན་གྱི་ཟས་ཟ། ཉལ་ན་གཉིད་མི་རྟག་པས་འབྲུལ་བ་འོད་གསལ་དུ་སྤྱོདས། འབྱོར་  
བའི་ནོར་རྩལ་མི་རྟག་པས་འཕགས་པའི་ནོར་བཏུན་བསྟེན། གཉེན་གྲོགས་དང་སྤྱིད་  
སྡེ་མི་རྟག་པས་དཔེན་པར་དེས་འབྱུང་ལ་བསྐྱུལ། ཆེ་བཅན་དང་སྟན་གྲགས་མི་རྟག་  
པས་རྟག་རྒྱ་དཔན་ས་བཟུང་། སྤྱ་བའི་ཆོག་མི་རྟག་པས་བཟླས་བརྗོད་དང་ཁ་ཉོན་  
ལ་དེམས། དད་བ་དང་དེས་འབྱུང་མི་རྟག་པས་དམ་བཅའ་བརྟན་པོར་བརྩོན། འདུ་  
ཤེས་དང་རྣམ་རྟོག་མི་རྟག་པས་མི་གཞི་བཟང་པོར་བསྐྱབ། ཉམས་དང་རྟོགས་པ་  
མི་རྟག་པས་ཚོས་ཉིད་ཟད་སར་སྒྲོལ་དང་། དེའི་དུས་སུ་སྤྱེ་འཛིའི་བར་ལག་འགྲུལ།  
འཆི་བྱོད་གྱི་གདིང་ཆད་རྟེན། འཆི་མེད་གྱི་བཅན་ས་ཟེན། བྱ་ཆོད་པོས་གནམ་འཕང་  
ཆོད་པ་དང་འདྲ་བས་འཆི་བ་འོད་སྟུང་པའི་ཡི་མུག་དེ་སངས་བའི་དུས་ལ་མ་ཐུག་གི་  
བར་དུ་ཐབས་དུ་མའི་སྒོ་ནས་བསྒོམ་དགོས་གསུངས། རྗེ་མི་ལས། ང་འཆི་བས་འདིགས་  
ནས་རི་ལ་ཕྱིན། །ནམ་འཆི་ཆ་མེད་བསྒོམ་བསྒོམ་པས། །དང་འཆི་མེད་གཉུག་མའི་  
དོན་རྟོགས་ནས། །འཆི་བ་ངར་གིས་བརྗེད་ནས་ཐལ། །ཞེས་སོ། །དེ་ལྷར་གནད་དུ་  
དྲིལ་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ། གོང་གི་བྱི་སྟོད་ནང་བཅུད་དམ་པའི་སྒྲིམ་བུ་སྒྲིའི་  
བདག་པོ་དཔེ་དོན་སྤྱ་ཚོགས་ཉེ་ས་བཅད་ལྷར་གསུངས་པའི་དོན། དེས་པར་འཆི་བ་  
ཐག་ཆོད་པར་བྱ་བ་དང་། །ནམ་འཆི་ཆ་མེད་གྱི་ཞར་ལ་འཆི་རྒྱུན་དེས་མེད་བརྟན་པ་  
དང་། འདུན་བ་དྲག་པོ་ལ་བསམ་པས་ཆོ་འདིའི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱིང་པོ་མེད་པར་  
སྤྱུ་མ་དང་མི་ལམ་ལྟ་བུར་ཤེས་པས་ཐག་གཅད། དེས་པར་འཆི་བ་ཅམ་ཤེས་པས་  
མི་ཚོགས་ །ནམ་འཆི་ཆ་མེད་དང་འཆི་རྒྱུན་དེས་མེད་གྱི་འདུ་ཤེས་རྒྱུད་ལ་སྤྱེས་དེས་ཞིག་  
མེད་ན་རྟག་འདྲོན་འདི་སྤྱང་གི་རེ་དོགས་ཆོད་པའི་དུས་མེད། ཆོས་ཀྱི་མཐའ་འཁྲུལ་  
དག་འསྟེ། ཨོ་རྒྱན་ཆེན་པོས། ཡུན་མུང་ཆོ་ཡི་བྱེད་ཆ་གཏི་མུག་གཉིད། བྱེད་ཀྱང་

སུམ་གཉིས་རྣམ་གཡངས་འདུ་འཛིའི་ལས། བྱེད་ཆ་གཅིག་ལའང་བར་ཆད་ཀྱིན་  
 དབང་མང། རྟེན་ཕྱིར་འདུ་བྱེད་མི་རྟག་སྤྱིན་ལྟར་གཡོ། ཞེས་སོ། རེས་པར་འཆི་  
 བ་རྒྱད་ལ་སྦྱེས་ན་དང་པོ་ཆོས་ལ་བསྐྱལ་བའི་རྒྱ་བྱ། རྣམ་འཆི་ཆ་མེད་དང་འཆི་ཀྱིན་  
 རེས་མེད་རྒྱད་ལ་སྦྱེས་ན་བར་དུ་ཆོས་ལ་བརྩོན་པའི་གྲོགས་བྱེད། ཆོ་འདིའི་བྱ་བ་  
 གང་ལའང་དོན་མེད་པར་ཐག་ཆོད་ན་ཆོས་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཀྱིན་བྱ་ཞེས་རྩིས་སྤྲུམ་  
 དམ་པའི་ཞལ་ནས་གསུངས་སོ། ཆོ་འདིའི་བྱས་པ་ཐམས་ཅད་དོན་མེད་པར་  
 དམིགས་བསལ་དུ་བསྟན་པ་ནི། འཁོར་དང་ལོངས་སྤྱོད་ཉེ་དུ་འབྲེལ་བ་ལྟ། ལྟ་ཅི་  
 གཅེས་པར་བཟུང་པའི་ལུས་འདི་ཡང་། མལ་གྱི་ནང་ནས་ས་ཕྱོགས་སྟོང་པར་བསྐྱལ། །  
 བ་དང་བྱ་ཆོད་ཁྱི་ཡིས་འདྲད་པའི་དུས། ཞེས། དཔལ་སྦྱིན་གྱིས་ཞུས་པའི་མདོ་  
 ལས། བ་མ་སྦྱན་ཆུ་བྱ་དང་རྒྱུད་མ་དང་། བྱན་གཡོག་ནོར་དང་རྩ་ལག་རྣམས་གྱི་  
 ཆོགས། ཤི་བའི་ཕྱི་བཞེན་དེ་དག་འགྲོ་བ་མེད། ཅེས་པ་ལྟར་རང་གིས་བསོག་པའི་  
 རོར་རྩལ་འགྲོགས་པའི་གཟུང་མི་ཉེ་འབྲེལ་ཐམས་ཅད་ཆམ་གྱིས་བྱལ་དུ་ལྷག་  
 བས་འགྲོ་བ་ནི་མི་ཞེས་པ་འདི་ལ་བསམ་པའི་སེམས། བལྟ་བའི་མིག་ཉན་པའི་ན་  
 བ་ཡོད་ན་ཀུན་གྱི་མཐོང་ཆོས་སྒྲ་ཡོད་པ་འདི་ལ་བསམ་ནས་རང་གིས་རང་ལ་གྲོས་  
 འདེབས་འོས། རི་སྒྲོན་དུ། དཀའ་བ་མང་པོས་བསྐྱབ་པ་ཡི། ཟས་དང་སྒྲོམ་གྱིས་  
 བསྐྱངས་པའི་ལུས། རང་དང་མི་འགྲོགས་བྱ་བྱིས་བ། ཡང་ན་འབར་བའི་མེ་ཡིས་  
 ཆོག་ཡང་ན་རྒྱ་ཡི་ནང་དུ་འབྱུལ། ཡང་ན་ས་ཡི་དོང་དུ་སྒྲ། ཞེས་པ་ལྟར། རང་རེ་  
 རྣམས་འཆི་བའི་ནད་གྱིས་ཐེབ་ནས་ལྷན་རིང་བྱས་ཏེ་འཆི་བའི་དབང་དུ་བྱས་ན། ལུས་  
 གྱི་སྟོབས་ཤོར་བས་ཅོག་སྤར་སྟོད་མི་རུས། བྱད་གྱི་བཀྲག་ཉམས། ཆོར་བ་སྤྲུག་བསལ་  
 ཉེན་ཆ་ལ་སྟོད་རྒྱགས་པའི་ཐབས་ནི་མེད། སྦྱན་དབྱེད་དང་རིམ་གྲོ་གང་གིས་ཀྱང་མི་  
 ཡན་དུས་འཆི་བ་ནི་ཤེས་ཀྱང་བྱ་ཐབས་ནི་མེད། ཉེ་འབྲེལ་གཟུང་ཆོ་སོགས་འགྲོགས་  
 པའི་ཐ་མས་ནི་བསྟོར། ཟས་གྱི་ཐ་མ་ནི་བ། གཏམ་གྱི་ཐ་མ་ཁ་ཆེམས་ནི་སྟོ་ཞིང་།  
 དུགས་ཆད་པ་ན་གཅེས་པའི་བྱ་རྒྱུད་གཅིག་སྤེལ་ཡོད་ཀྱང་འཛིགས་པ་དང་སྤྲུག་

བྱོ་བའི་གནས་སུ་གྱུར་ཏེ། ཞག་ཁ་ཤས་ནས་རིལ་བསྐྱལ། བྱ་ཁྱི་གཅན་གཟན་གྱིས་  
 ཟ་བའམ། ཡང་ནས་མེར་བསྟེག ཡང་ན་རྩུར་བསྐྱུར། ཡང་ནས་ཞབས་སུ་སྒྲ་བ་སོགས།  
 དོན་སའམ་རྩོད་བ་ལྟར་གྱུར་ནས་བདག་ཏུ་བཟུང་བ་ལྟ་ཅི། མདོ་ལས། བདག་ནི་གདོན་  
 མི་ཟ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། ཤིན་པ་གཞན་གྱི་གཏམ་དུ་འགྱུར་ཏེ་འོང་། ཞེས་པ་ལྟར་རོ་  
 བསྟེགས་ཤལ་ལམ། རོ་ཁང་འམ། ཁྱི་དང་གཅན་གཟན་གྱིས་ཟོས་པའི་རུས་པ་དང་  
 སྒྲ་འཁོར་བའམ་ཤ་ལ་སོགས་བྱ་ཁྱིས་ཁྱིར་བ་གཞན་གྱིས་མཐོང་བ་ན་འདི་ནི་ཆེ་གོ་  
 མོ་ཤི་བ་རེད་འདི་ལྟ་བུ་ཨ་ཙཱ་ཟེར་ནས་གྲོང་རྒྱུ་ལས་མེད་པ་ནི་རང་རེ་ལུས་ཞེས་པའི་  
 གཅེས་འཛིན་ཅན་འདིའི་འདུན་ལུག་གོ། ཁང་དོའི་ཡལ་ན་འཛིགས་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ། སྒོ་  
 སུ་= ལམ་གོ་ལ་= གཉིས་སུ་= ཞེས། དེ་ལྟར་འབྱུལ་སྒྲུང་ཏན་འཛིན་ཅན་གྱི་སེམས་ནམ་  
 བར་ཤེས་པ་འདི་ཉིད་ཀྱི་འདུན་ལུག་ལ་བསམ་ན། མར་དཀྱིལ་ནས་སྒྲ་བཏོན་བ་ལྟར་  
 བྱི་མའི་ལམ་ལ་སྒྲུ་མེར་གྱི་རྒྱུང་དང་འགྲོགས་ཏེ་གཅེར་བུ་ལག་སྟོང་མཆན་དུ་བཅུག་  
 བས་འགྲོ་བ་ནི། རྒྱལ་པོ་ལ་གདམས་པའི་མདོ་ལས། དུས་ཀྱིས་ཉེན་ཏེ་རྒྱལ་པོ་འགྲོ་  
 གྱུར་ན། འཁོར་སྒྱུད་རྩལ་དང་ཉེ་དུ་རྩེས་མི་འབྱང་། སྒྲིལ་བུ་དེ་ནི་གར་གནས་གར་  
 འགྲོ་ཡང་། ལས་ནི་གི་བ་མ་བཞིན་དུ་རྩེས་སུ་འབྱང་། ཞེས་པ་ལྟར། ཞེས་པ་ལྟར།  
 ཆོ་འདིའི་སྒྲུང་བ་ཐམས་ཅད་མི་ལམ་བདོ་འཕྲོ་ལ་སང་བ་ལྟར་ཆམ་གྱི་ཤལ་དུ་ལྟག།  
 ལས་གང་བྱས་ཀྱི་རྩེས་སུ་ནམ་ཤེས་ནི་འབྱང་། བཟོད་ཐབས་མེད་པའི་སྒྲུག་བསྐལ་  
 བེ་རང་གཅིག་པུའི་ཉམས་སུ་སྒྱུང་། སྒྲུ་ལའང་བགོ་བྱ་ནི་མེད། འཛིགས་པའི་སྒྲུ་བཞི།  
 ཡང་བའི་གཡང་ས་གསུམ། དེས་པ་དང་མ་དེས་པའི་རྟགས་དུག་སོགས་འཛིགས་  
 སྒྲུག་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བའི་བར་དོའི་འབྱང་རིང་ལ་གཙང་ནས་འགྲོ་དགོས། རང་  
 རེད་ལྟའི་ཆོ་མཆུག་སྒྲིན་བར་གྱི་ཉི་མ་ལྟ་བུ་འདི་ལ་སྒོ་སྒྲུ་བྱང་གྱིས་བསྐྱངས་ཏེ་བྱི་མའི་  
 འགྲོ་རྒྱུ་ཚགས་སུ་རྒྱུད་པ་ཞིག་གལ་ཆེད། །

འཆི་བ་མི་རྟག་པའི་ཁྱིད་ཀྱི་རིམ་པའོ། གསུམ་པ་ལས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ཁྱིད་བསྟན་པའི་  
 རིམ་པ་ནི། དགོ་སྟོན་ལས་ཀྱི་རྩམ་སྒྲིན་བྱི་བཞིན་འབྱང་། ཞེས། སྒྲུང་བྱ་མི་དགོ་

བའི་ལས་འབྲས། བསྐྱབ་བྱ་དག་བའི་ལས་འབྲས། ཐམས་ཅད་ལས་ཀྱི་རང་བཞིན་  
 ཏུ་བསྐྱན་པ་དང་གསུམ། འདི་ལྟར་འཁོར་འདས་ཀྱི་བདེ་སྤྱད་ཐམས་ཅད་ཀྱན་སྒྲོང་  
 དག་སྤྱི་གཤིས་ལས་བྱས་ཆབ་ཆེ་རྒྱུད་དང་མཐུན་པའི་འབྲས་སུ་དེ་ལྟར་འབྱུང་བ་ཡིན་  
 ཟེ། བལ་པོ་ཆེའི་མདོ་ལས་བྱུང་རྒྱུ་ཐམས་ཅད་པའ་ཀྱན་ཏུ་བཟང་པོས། རི་ལྟར་ས་  
 བོན་བྱུང་པར་གྱིས། །འབྲས་སུ་སྒྲ་ཆོགས་སྒྲར་བ་ལྟར། །དེ་བཞིན་ལས་ཀྱི་བྱུང་  
 པར་གྱིས། །ཐམས་ཅད་རྣམས་དང་ཞིང་འབྱུང་ངོ་། །ཞེས་པ་ལྟར། ས་བོན་ཁ་བ་ལ་  
 འབྲས་སུ་ཁ་བ། ས་བོན་མངར་བ་ལ་འབྲས་སུ་མངར་བ་ལས་རྒྱ་དང་འབྲས་སུ་གོ་  
 འོག་ཏུ་མི་འབྱུང་། མདོ་ལས། མེ་ནི་གང་བར་འབྱུར་ཡང་སྤིད། །རྒྱུད་ནི་ཞགས་པས་  
 ཟེན་ཡང་སྤིད། །ཉི་ཟླ་ཐང་ལ་ལྟུང་ཡང་སྤིད། །ལས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་བསྐྱུ་མི་སྤིད། །ཅེས་  
 པ་ལྟར། དང་པོ། སྤང་བྱ་མི་དག་བའི་རྒྱ་འབྲས་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། རྒྱ་དུག་གསུམ་  
 ཀྱིས་ཀྱན་ནས་བསྐྱར་བའི་ལས་མི་དག་བ་ཞེས་འབྲས་སུ་སྤྱད་བསྐྱུ་ལ་འབྱུང་བ་ཡིན་  
 ལ། རིན་ཆེན་ཐེང་བ་ལས། འདོད་ཆགས་ཞེས་དག་ཏི་སྤྱད་གསུམ། དེས་བསྐྱེད་ལས་  
 བེ་མི་དག་བའོ། །

ཞེས་པ་ལྟར། སྤྱི་གཤིས་ལས་ངོས་བཟུང་བ། ལྷི་ཡང་གི་བྱུང་པར་བསྐྱན་པའོ། །  
 དང་པོ། མི་དག་བ་བཟུ། མཆོམས་མེད་པ་ལ། དེ་དང་ཉེ་བ་ལ། ལྷི་བ་བཞི། འོག་  
 པ་བཟུད་དོ། །དང་པོ་ནི་ལུས་ཀྱི་གསུམ། དག་གི་བཞི། ཡིད་ཀྱི་གསུམ་མོ། །ལུས་  
 ཀྱི་ལས་སྤྱོད་གཅོད་པ། མ་བྱིན་ལེན་པ། མི་ཆངས་སྤྱོད་བཤམ། འདོད་པས་འོག་  
 པར་གཡེམ་པ་{ རབ་བྱུང་བ་ཡིན་ན་མཆོན་ཁྱིམ་པ་དག་བསྐྱེན་ཡིན་ན། མཆོན། } དང་གསུམ།  
 དག་གི་ལས་རྒྱུན། སྤུམ། ཆོག་རྒྱུལ། དག་བཀྲལ་དང་བཞི། ཡིད་ཀྱི་ལས་བརྒྱབ་  
 ཐམས་སྤྱོད་གཅོད་པ། འོག་ལྟ་དང་གསུམ་སྟེ་བཟུངོ། །དེ་ལས་དང་པོ་སྤྱོད་གཅོད་  
 པ་ལའང་ཡུལ་པ་རོལ་པོ་མི་འམ་དུད་འགོ་སྤྱོད་གཅོད་ཐམས་ཅད་གང་ཡིན་གཞན་  
 དང་མཐོར་བ་དེར་ཤེས་པ། དེ་འདི་ལྟར་གསོད་དགོས་བསམ་པ། གསོད་བྱེད་ཀྱི་  
 སྤྱོད་པ་ལག་ཏུ་ལེན་པ། མཐར་ཐུག་པོ་འཕགས་པ་སྟེ་ཡན་ལག་



བཞི་ཀ་ཚང་བ་ནི་རབ་རྒྱ་མྱེ་ལ། དེ་ལ་འང་བྱས་ཤིང་བསགས་པ་དང་། མ་བྱས་ཤིང་  
བསགས་པ་གཉིས་ཡོད། དང་པོ། བ་ཤེས་གྱི་དག་རྒྱ་ལྷ་ལྷ་ཞེས་གི་སྒོ་ནས་སྟོག་  
གཙོང་བ་དང་། རི་དྲགས་དང་གཡུང་དྲགས་ལྷ་ལུང་གི་ཟ་འདོད་དང་ལྷགས་པ་གྱོན་  
འདོད་སོགས་འདོད་ཆགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་སྟོག་གཙོང་བ་དང་། རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་གནས་རི་  
བཞིན་མི་ཤེས་པས་གཏི་མུག་གི་སྒོ་ནས་སྟོག་གཙོང་བ་སྟེ་དྲག་གསུམ་གང་རུང་གི་  
ཀྱན་ནས་བསྐྱང་བས་རང་གིས་དངོས་སུ་གསོད་པ་དང་། གཉིས་པ་གཞན་ལ་གསོད་  
དུ་བཅུག་པ། གསོད་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བཤོ། ། {གཞན་འོག་མ་རྣམས་ལ་འང་དེའི་རིགས་  
འགྲེས། མཆོག་} འབྲས་སུ་ནི་སྒྲིར་མི་དགེ་བ་བཅུ་པོ་རེ་རེ་བཞིན། རྣམ་སྒྲིན་གྱི་འབྲས་  
སུ། རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་སུ། དབང་གི་འབྲས་སུ། སྒྲིས་སུ་བྱེད་པའི་འབྲས་སུ་དང་  
བཞི་རེ་ཡོད་ལ། དང་པོ་རྣམ་སྒྲིན་གྱི་འབྲས་སུ་ནི་ཀྱན་སྒྲོང་གི་ཁྱད་པར་གསུམ། ཞེ་  
སྤང་གིས་དཔྱལ་བ། འདོད་ཆགས་ཀྱིས་ཡི་དྲགས། གཏི་མུག་གིས་དུད་འགོར་སྒྲེ་  
ཞིང་རང་རང་གི་སྒྲུག་བསྐྱེད་ལ་སྒྲོད་དགོས་པར་གསུང་། ཡང་ན་ཀྱན་སྒྲོང་ཆེན་པོ་  
ཞེས་བྱ་བ་ཆགས་སྤང་སྒྲོང་ས་གསུམ་ཤིན་རྒྱུ་ཆ་བ་ཆེ་བ་དང་རྒྱན་རིང་པོའི་སྒོ་ནས་ལས་  
བསགས་ན་དཔྱལ་བ་དང་། འཁྲིང་གིས་ཡི་དྲགས། རྒྱང་དུས་དུད་འགོ་སྒྲེ་བར་གསུངས།  
གཉིས་པ་རྒྱ་མཐུན་ནི་རྣམ་སྒྲིན་གྱི་འབྲས་སུ་རྩ་སྤང་གི་གནས་ནས་ཐར་ཏེ་ལུས་རྟེན་  
གཞན་ཐོབ་པའི་དུས་སྐྱོང་བ་ཡིན། དེ་ལ་འང་བྱེད་སྐྱོང་གཉིས། དང་པོ་བྱེད་པ་རྒྱ་  
མཐུན་ནི་བྱེད་ལས་དང་མཐུན་པ་སྟེ། སྟོག་གཙོང་གི་རྒྱ་མཐུན་མི་ལ་མཚོན་ན་བྱིས་  
པ་རྒྱང་རུང་དུས་ནས་སྟོག་གཙོང་ལ་དགའ་ཞིང་སྟོག་པའི་ལས་ཐབས་ལ་མཁས་པ་  
དང་། དུད་འགོ་རྣམས་ལ་ཡང་ཁྱད་དང་སྒྲིང་གི་སོགས་གསོད་པ་ལ་དགའ་བ་རྣམས་  
སོ། །

གཉིས་པ་སྐྱོང་བ་རྒྱ་མཐུན་ནི། དཔེར་ན་བྱིས་པ་རྒྱང་དུ་སྒྲིས་མ་ཐག་འཛིབ་དང་། དེ་  
དག་སྒྲེ་བ་མང་པོར་ལན་གངས་དུ་མར་སྒྲིས་ཅམ་ནས་འཛིབ་པོ། །ཡང་ན་གཞོན་ནུའི་  
དུས་ཁོ་ན་ལ་འཛིབ་ཤས་ཆེ། ཡང་སུ་རྒྱད་གི་བའི་རྗེས་སུ་པ་མ་སྒྲུག་བསྐྱེད་པ་ནི་

སྒྲིལ་སྒྲིལ་གཙོད་ཀྱི་ལན་ཆགས་རང་ལ་འཁོར་བ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱུད་དུ་ནས་  
 བད་སྒྲིལ་ཆོགས་ཀྱིས་གདུང་ཞིང་སྒྲིལ་ནས་འཆི་ལ་ཐུག་གི་བར་དུ་སྒྲིལ་དབུད་སོགས་  
 གང་གིས་ཀྱང་མི་ཕན་པ་དེ་དག་སྒྲུབ་སེམས་ཅན་བདུང་བཅེག་བྱས་པའི་རྒྱ་མཐུན་ཡིན་  
 པར་གསུངས་སོ། །གསུམ་པ་དབང་གི་འབྲས་ཁུ་ནི་ཡུལ་ལ་སྒྲིན་པ་སྟེ། ས་ཕྱོགས་  
 ཉམས་མི་དགའ་ཞིང་། རམ་གྲོགས་དང་གཡང་ས་ཅན་སོགས་སྒྲོག་ལ་གཞོད་པ་ཅན་  
 ཀྱི་ཡུལ་དུ་སྒྲིའོ། །ལུས་ཀྱི་ལས་གཉིས་པ་མ་བྱིན་ལེན་པ་ལ། དབང་གིས་ལེན་པ།  
 འཇབ་བྱས་ལེན་པ། གཡོ་རྒྱས་ལེན་པ་གསུམ། དང་བོ་ནི་རྒྱལ་བོ་ལྟ་བུའི་ཐོབ་ཐང་  
 གི་གཞུང་ཁལ་མ་ཡིན་པར་བཅཅན་བཅུགས་བྱས་ནས་འཕྲོག་པ་འཇམ། དམག་སོགས་  
 དཔུང་ཤིང་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་དངོས་སུ་འཕྲོག་བཅོམ་བྱེད་པ་ལྟ་བུའི་དབང་གིས་ལེན་པ་འཇམ།  
 སྒྲོབས་ཀྱིས་ལེན་པ་ཞེས་བྱ། གཉིས་པ་རྒྱན་མ་ལྟ་བུའི་བདག་བོས་མི་མཐོང་སར་སྒྲོག་  
 བས་དངོས་རྒྱས་བྱངས་ཏེ་བདག་གིར་བྱས་པ། གསུམ་པ་ཆོང་སོགས་ཀྱི་སྒྲུབས་པ་  
 རོལ་བོ་བསྐྱུ་སེམས་ཀྱིས་རྒྱན་དང་། བྲེ་ལོག་དང་། སྒང་ལོག་འཇུག་པ་སོགས་ཀྱི་  
 སྒྲོ་ནས་གཞན་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱས་བྱངས་པའོ། །

བྱེད་པ་རྒྱ་མཐུན་རྒྱུད་ནས་རྒྱ་བ་ལ་དགའ་ཞིང་རྒྱ་ཐབས་ལ་མ་ཁས་པ་དང་། བྱི་བ་  
 སོགས་དུང་འགྲོའི་ནང་ནའང་རྒྱ་བ་ལ་དགའ་བ་ལྟ་བུའོ། །ཁྱེད་པ་རྒྱ་མཐུན་ནི་གང་  
 དུ་སྒྲིལ་ཀྱང་ཡོངས་སྒྲིལ་དཔུལ་བ་དང་། གལ་ཏེ་ཡོངས་སྒྲིལ་ཅུང་ཟད་ཤིང་ནའང་  
 དག་ལྷ་དང་ཐུན་མོང་དུ་གྱུར་བ་རྣམས་སོ། །དབང་འབྲས་ནི་ཡོ་རྟོག་ལ་སད་སེར་  
 སྒང་བ་དང་སྒྲོན་ཤིང་ལ་འབྲས་ཁུ་མི་ཆགས། རྒྱ་གཡོང་པའི་ཡུལ་དུ་སྒྲིའོ། །གསུམ་  
 པ་ཆོངས་སྒྲིལ་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་བྱངས་ཟིན་ནས་མི་ཆོངས་སྒྲིལ་པ་གཏན་བྲིམས་ཡིན་པ་དང་།  
 བྲིམ་པ་ཡིན་ན་འདྲོད་པས་ལོག་པར་གཡེམ་པ་སྟེ། དེའི་ཉེས་པ་ཆེ་ཤོས་གཞན་ཀྱི་  
 སྒྲོམ་པ་གཏོང་བའི་རྒྱུན་བྱས་པ་དང་། རང་གི་ཁུ་བ་བྱུང་ནས་གཞན་གྱི་བདག་ཏུ་བསྐྱེད་  
 བ་དང་། སྒྲ་རྒྱ་སྒྲ་ཆར་བ་དང་། རང་དབང་ཡིན་ཀྱང་ཉིན་མོ་དང་། བསྒྲེན་གནས་  
 བསྐྱེད་བའི་དུས་དང་། ན་བ་དང་། སྒྲུམ་མ་དང་། བྱ་རན་གྱིས་མོན་པ་དང་། ལྷ་མཚན་



ཡོད་པ་དང་། བང་མ་སངས་པ་དང་། དཀོན་མཆོག་གི་རྟེན་ཡོད་སང་བསྐྱོད་པ་དང་།  
 བ་མ་དང་རིགས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་དང་། མ་སྒྲིན་པའི་གཞོན་ནུ་མ་དང་། ཁ་དང་གཤང་  
 ལམ་ལ་སོགས་པར་བསྐྱོད་པ་སྟེ། འོག་གཡེམ་གྱི་རྣམ་པ་ཐ་དད་པ་ཉམས་སུ་ཁྱེད་  
 བའོ། །བྱེད་པ་རྒྱ་མཐུན་ནི། ཁྱིམ་བྱ་དེ་ཡོད་དང་། རང་བ། སྤྱག་ལོན། རྟ་གསེབ།  
 བོང་རིང་སོགས། འདོད་ཆགས་ཆེ་བའི་རིགས་སུ་སྟེེ་ལ། ཁྱེད་པ་རྒྱ་མཐུན་ནི། ཁྱིམ་  
 ཐབས་མི་མཛེས་ཤིང་། རྟོད་པ་ཅན་དང་། གཟའ་ཚོ་ནང་མི་མཐུན་པ་འབྱུང་། དབང་  
 འབྲས་ནི། བཤང་གཅི་དང་འདམ་རྩ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བའི་གནས་སུ་  
 སྟེེ་འོ། །རྒྱག་གི་ལས་ལ་བཞི་ལས། དང་པོ། རྩུབ་ལ་ཐལ་བ། ཆེན་པོ། མི་ཆོས་སྒྲ་  
 མའི་རྩུབ་དང་གསུམ། དང་པོ་གཞན་བསྐྱེད་པའི་བསམ་པ་ཅན་གྱི་རང་བཞིན་རྩུབ་དུ་  
 སྒྲ་བ་ཐམས་ཅད། གཉིས་པ་དག་སྤྲིག་གཉིས་ཀའི་འབྲས་སུ་བདེ་སྤྱག་མི་བདེན་ཞེས་  
 རྒྱ་འབྲས་མེད་པར་སྒྲ་བ། གསུམ་པ་རང་མ་གྲུབ་པ་ལ་གྲུབ་རྒྱ། མི་ཤེས་པ་ལ་ཤེས་  
 རྩུབ་ལ་སོགས་ཡོན་ཏན་མེད་པ་ལ་ཡོད་ཚུལ་སྒྲ་བའོ། །

འདི་དག་རེ་རེ་ནས། གཞི། བསམ་པ། སྦྱོར་བ། མཐར་ཐུག་སྟེ་ཡན་ལག་བཞི་པོ་  
 ཀྱན་ལ་ (ལུས་རྒྱག་གི་མི་དག་བདུན་པོ། མཆོན།) འགྲེས་སོ། །བྱེད་པ་རྒྱ་མཐུན་ནི་བྱེད་  
 ལས་དང་མཐུན་པ་ཀྱན་ལ་བྱེད་མེད། ཁྱེད་པ་རྒྱ་མཐུན་ནི་མ་ཉེས་ཀྱང་གཞན་གྱིས་  
 སྦྱར་འདེབས་མང་བ། ཉམ་ཡང་གཞན་གྱིས་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པ། (འོག་མ་རྣམས་ལ་འགྲེས་  
 སོ། །མཆོན།) དབང་འབྲས་ནི། འབྱོར་བ་མི་བརྟན་ཅིང་རྟག་ཏུ་ཤེས་པ་རྟབ་རྟུར་མ་  
 ཅིང་སྤྱག་པའི་ཡུལ་རྒྱུན་དང་འཕྲད་པ་རྣམས་སོ། །གཉིས་པ་སྤྲམ་ལ། མའོན་སྤྲ་དང་  
 རྟོག་སྤྲ་གཉིས་ཡོད། དང་པོ་མི་དབང་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱིས་དངོས་སུ་ཐན་ཚུན་ལ་སྤྲམ་  
 མཐུག་པ། གཉིས་པ་མི་ཡིད་མཐུན་སུ་ཡང་རུང་སྟེ་རྟོག་ནས་སྤྲམ་སྟེ་དབྱེན་གྱི་སྟོ་  
 བས་སོ་སོར་མི་མཐུན་པ་བྱས་པའོ། །བྱེད་པ་རྒྱ་མཐུན་ནི་གོང་ལྟར། ཁྱེད་པ་རྒྱ་མཐུན་  
 འཁོར་གཡོག་མི་མཐུན་པ་དང་རང་ལ་གཞན་གྱིས་དོན་མེད་པར་སྟོལ་བ་སོགས་  
 འབྱུང་། དབང་འབྲས། ཡུལ་ངམ་གྲོགས་དང་གཅོང་རོང་ཅན་ལ་སོགས་ལམ་བསྐྱོད་



དཀའ་སར་གནས་སོ། །གསུམ་པ། རྟོག་རྒྱུ་པ་ནི། གཞན་གཟུགས་མི་མཛེས་པ་ལྟ་  
 བུ་ལ་དེའི་སྒྲོན་དངོས་སུ་བརྟེན་དེ་ཅི་གཞོན་གྱི་རྟོག་རྒྱུ་པ་མེད་སྒྲིལ་ཞེ་གཤམ་ཅོད་པའོ། །  
 བྱེད་པ་རྒྱུ་མཐུན་ནི་གོང་ལྟར། མྱོང་པ་རྒྱུ་མཐུན་ཏུ་མི་སྒྲོན་པ་ཐོས་ཤིང་རང་གི་  
 རྒྱས་པ་ཡང་འཐབ་མོའི་རྟོག་ཏུ་འགྱུར། ལར་རྟོག་རྒྱུ་པ་ནི་དག་གི་ལས་རྒྱམས་ལས་  
 ཉེས་པ་ལྟེ་ཤོས་ཡིན། དབང་འབྲས་ནི། ཡུལ་དོ་གསེག་དང་ཆོར་མ་ཅན་ལ་སོགས་  
 ས་ཕྱོགས་ཡིད་མི་བདེ་སར་སྒྱེའོ། །བཞི་པ། དག་བཀྲལ་ནི། དུམ་ཟའི་གསང་རྟོགས་  
 སོགས་ཆོས་མ་ཡིན་པ་ཆོས་སུ་སེམས་པ་དང་། སྤྲད་འཛོར་མའི་གཏམ། ཆགས་  
 སེམས་ཀྱི་སྒྲུ། དམག་དང་ཆོས་རྒྱན་སོགས་ཆགས་སྤངསྟེ་བའི་གཏམ་འབྲེལ་མེད་  
 ཏུ་སྒྲུ་བ་སྟེ་མདོར་ན་དགོ་སྒྲོར་གཡེངས་པའི་རྒྱར་གྱུར་པའི་དག་འབྲེལ་སྒྲ་ཆོགས་སུ་  
 སྒྲུ་བ་རྒྱམས་ཡིན་ལ། ལེགས་པར་བརྟགས་ན་ཆགས་སྤང་གི་ཀྱན་ནས་བསྐྱང་བ་  
 གས་ཆེ་བས་རང་གཞན་གྱི་རྒྱུད་ལ་ཆགས་སྤང་ཅི་ཅམ་སྒྲོང་བ་དེ་ཅམ་དུ་ཉེས་པ་ཆེའོ། །  
 གཞན་ཡང་ཁ་ཏོན་དང་བསྐྱས་བརྟེན་ལ་སོགས་པའི་སྐབས་སུ་དག་འབྲེལ་དང་  
 འབྲེས་ནས་ཅི་ཅམ་འདོན་སྒྲོས་བྱས་ཀྱང་འབྲས་སུ་མི་འབྱེན་པ་སོགས་སྒྲོན་གིན་ཏུ་  
 ཆེའོ། །བྱེད་པ་རྒྱུ་མཐུན་ནི་གོང་ལྟར། མྱོང་པ་རྒྱུ་མཐུན་ནི་རང་གི་རྟོག་མི་བརྟེན།  
 དྲང་པོར་སྒྲུས་ཀྱང་གཞན་གྱིས་བདེན་པར་མི་འཛིན། མང་པོའི་ནང་ནས་གཏམ་སྒྲུ་  
 བ་ལ་སྒྲོབས་པ་རྒྱུད་བ་སོགས་འབྱུང་། དབང་འབྲས་ལོ་ཏྲོག་ལ་སོ་ནམ་བྱས་ཀྱང་  
 འབྲས་སུ་མི་འབྱུང་། དུས་རྟོགས་ལོག་ཅིང་མི་བརྟན་སར་སྟེ། ཡིད་གྱི་ལས་གསུམ་  
 གྱི་དང་པོ། བརྟབ་སེམས་ནི། གཞན་ལ་རྒྱ་རྒྱས་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཞིག་ཡོད་ན་དེ་ང་ལ་  
 ཡོད་ན་ཅི་མ་རུང་སྒྲུམ་དུ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་ཡིད་གྱིས་བདག་གིར་བྱས་ནས། དེ་རང་  
 གི་ཐོབ་ཐབས་ཅི་ལྟ་སུ་ཡོད་སྒྲུམ་པ་སོགས་སོ། །

བྱེད་པ་རྒྱུ་མཐུན་ནི་གོང་ལྟར། མྱོང་པ་རྒྱུ་མཐུན་ནི། ཡིད་ལ་བསམ་པ་མི་འགྲུབ་ཅིང་  
 མི་འདོད་པ་ཐོག་ཏུ་འབབ། དབང་འབྲས་ནི། ལོ་ཏྲོག་ཉེས་ཤིང་གནས་དུས་ངན་པའི་  
 སྒྲུག་བསྐྱལ་མང་དུ་འབྱུང་ངོ་། །གཉིས་པ་གཞོད་སེམས་ནི། གཞན་ལ་ཞེ་སྤང་དང་



ཕྱག་དོག་གི་དབང་གིས་ཕ་རོལ་པོ་སྐྱོས་བཅུང་ནས་འདི་ལ་གནོད་པ་འདི་དང་འདི་  
ལྟ་བུ་བྱེད་ཐབས་བྱུང་ན་ཅི་མ་རུང་སྟམ་པ་དང་། དཔལ་འབྱོར་དང་ཡོན་ཏན་ཡོད་  
པ་ལ་མི་དགའ་ཞིང་འདི་འདི་ཙམ་དུ་མ་འབྱོར་ཞིང་མ་བཟང་ན་སྟམ་པ་དང་། དེ་ལ་མི་  
འདོད་པ་བྱུང་ན་དགའ་བ་སོགས་ནི་གནོད་སེམས་སོ། །བྱེད་པ་རྒྱ་མཐུན་གོང་ལྟར།  
མྱོང་བ་རྒྱ་མཐུན་ནི་འཛིགས་ཤིང་སྒྲག་པ་དང་འཛོལ་མང་། དབང་འབྲས། ཉག་ཏུ་  
འཛིགས་པ་དང་འཛོལ་འོང་བའི་ཡུལ་དུ་སྟེ། གསུམ་པ་ལོག་ལྟ་ནི། རྒྱ་འབྲས་མེད་  
པར་ལྟ་བ་དང་། ཉག་ཆད་དུ་ལྟ་བ་སྟེ་གཉིས། དང་པོ་ནི་གོ་སྟེ། གཉིས་པ་ནི་སྟེ་  
སྟེགས་པ་སྟེ་དེ་ལ་སྦྱིར་ལྟ་ལོག་སྟམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ། ལྟ་བར་དུག་ཅུ་ཙུ་གཉིས་སོགས་  
སྟེ་དབྱེ་ཡང་། བསྟུན་ཉག་ཆད་གཉིས་ལ་འདུ། དེ་ལ་དང་པོ་ཉག་པར་ལྟ་བ་ལའང་།  
བདག་ཉག་པར་ལྟ་བ་དང་། འཛིག་རྟེན་གྱི་བྱེད་པོ་དབང་ཕྱག་དང་བྱུང་མཇུག་ལ་  
སོགས་པ་ཉག་པར་འདོད། གཉིས་པ་ཆད་པར་ལྟ་བ་ནི། ཆོས་ཐམས་ཅད་རོ་པོ་ཉིད་  
ནས་བྱུང་བར་འདོད་པས་ཆོ་སྟེ་ལས་རྒྱ་འབྲས། ཐར་པ་དང་གྲོལ་བ་ལ་སོགས་པ་  
མེད་པར་འདོད་པ་དང་། འཛིག་རྟེན་དུ་བདེ་སྟེགས་དང་ལོགས་ཉེས་སྟེ་ཆོགས་སྟེ་སྟང་  
བ་ཡང་རོ་པོ་ཉིད་གྱིས་དེ་ལྟར་བྱུང་བ་ཡིན་གྱི། རྩོན་གྱི་ལས་དང་། ཆོ་སྟེ་མ་དང་སྟེ་  
བ་སྟེ་མ་ལ་སོགས་པ་ནི་མེད་དོ་ཞེས་འདོད། དེ་དག་གི་གཞུང་ལ་བདེན་པར་བཟུང་  
ནས་དེའི་རྗེས་སུ་ཞུགས་པ་འཕམ་མིན་གྱང་། རྒྱལ་བའི་བཀའ། སྤྱི་མའི་ལུང་། ལཔས་  
པའི་གཞུང་གང་ལ་ཡང་བཤད་ཆོད་ལས་མི་བདེན་ནོ་སྟམ་དུ་ཐེ་ཆོམ་དང་སྟོ་སྟུར་  
བྱས་པ་ཐམས་ཅད་ལོག་ལྟ་ཡིན་པར་གསུང་། བྱེད་པ་རྒྱ་མཐུན་ནི་གོང་ལྟར། མྱོང་  
བ་རྒྱ་མཐུན་ནི་ལྟ་བ་རན་པ་ལ་གནས། དབང་འབྲས་ནི་འབྱོར་བ་ཅུང་ཞིང་སྐབས་  
དང་དཔུང་གཉིན་མེད་སར་སྟེ། དེ་ཡང་རོ་པོའི་སྟོན་ནས་ལྟེ་ཡང་ནི། ཡིད་གྱི་ལས་གསུམ་  
ག་ལྟེ། བྱེད་པར་དུ་ལོག་ལྟ་ལྟེ་ལ། ལུས་གྱི་ལས་གསུམ་གྱི་དང་པོ་ལྟེ། རྩོག་གཅོད་  
གོང་ན་སྟེགས་གཞན་མེད། །མི་དགེ་བཅུ་ལ་ལོག་ལྟ་ལྟེ། །ཞེས་སོ། །དག་གི་ལས་  
བཞི་ལ་ཆོག་རྒྱུ་བ་ལྟེ་བར་གསུངས། མི་དགེ་བའི་ལས་ལམ་བཅུ་པོ་འདི་དག་གི་བྱས་

ཚབ་ཆེ་ཆུང་དང་། བྱེ་བྲག་རིམ་པར་འོག་ནས་བཤད་འགྱུར་ལྷར་ཡུལ་དང་བསམ་  
 བ་དུས་གྱི་ཁྱད་པར་ནི་ཀྱན་ལ་ཤེས་དགོས་སོ། །རྩ་བའི་བཞི་པ། སྐྱེས་སུ་བྱེད་པའི་  
 འབྲས་སུ་ནི་ལས་གང་བྱས་པ་དེ་མཛོན་པར་འཕེལ་ཏེ་སྐྱེ་བ་དང་ཆོ་རབས་ཐམས་ཅད་  
 དུ་སྐྱུག་བསྐལ་ཕྱ་མཐའ་མེད་པར་ཁ་བརྒྱད་ནས། སྤྲུལ་ཡང་ལས་ངན་གོང་ནས་གོང་  
 དུ་འཕེལ་ཏེ་འཁོར་བར་འབྱམས་པའོ། །གཉིས་པ་མཚམས་མེད་པ་ལྟ་ནི། ས་དང་  
 མ་དང་དག་བཙོམ་བསད་པ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྐྱེ་ལ་ངན་སེམས་གྱིས་ཁྲག་  
 འབྲིན་པ། དག་འདུན་འཁོར་ལོའི་དབྱེན་དང་ལྟོ། །ད་ལྟ་བོད་འདིར་བྱི་མ་གསུམ་  
 ཡུལ་མ་ཚང་བས་དེ་དག་དངོས་སུ་མི་འབྱུང་ཡང་། ཆོ་རབས་ནས་བྱས་པ་གངས་གྱིས་  
 མི་ཆོད། གསུམ་པ་དེ་དང་ཉེ་བ་ལྟ་ནི། ས་གསོད་པ་དང་ཉེ་བ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དབའ་  
 གསོད་པ། མ་གསོད་པ་དང་ཉེ་བ་ཚངས་སྟོད་མའི་སྟོམ་པ་དབང་མེད་དུ་སྟོགས་པ།  
 དག་བཙོམ་གསོད་པ་དང་ཉེ་བ་སྟོབ་པ་གསོད་པ། དབྱེན་བྱེད་པ་དང་ཉེ་བ་དག་འདུན་  
 གྱི་འདུ་སྟོག་སྟོགས་པ། རྒྱལ་བའི་སྐྱེ་ལ་ཁྲག་འབྲིན་པ་དང་ཉེ་བ་མཆོད་རྟེན་བཤེག་པ་  
 སྟེ་ལྟོ། །དེ་དག་ལ་སྤྱིག་པའི་ཡན་ལག་བཞི་ག་ཚང་ན་མཚམས་མེད་དུ་འགྱུར་ལ་  
 མ་ཚང་ན་མི་འགྱུར་ཞེས། ལྷ་རྒྱ་དེ་ལས། དག་སྟོང་རང་གི་ས་གནས་ལ། ལྷུང་འདོངས་  
 ཞེས་ནི་བསྐལ་གྱུར་ནས། སྤུལ་བས་དེ་ནི་གི་གྱུར་གྱང་། །མཚམས་མེད་འགྱུར་བ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །

ཞེས་སོ། །བཞི་པ་ལྟེ་བ་བཞི་ལ། དབྱེན་བརྩ་དུག་སྟེ། དང་པོ་བཀྱར་བའི་ལྟེ་བ་  
 བཞི་ནི། མཁས་པའི་གལ་གོང་། དག་སྟོང་རང་སྟོམ་ཆེན་གྱི་ཕུག་སྤྱུབ་པ་པོའི་ཟས།  
 སྐགས་པའི་རྩོར་དང་བཞི། ཉམས་པའི་ལྟེ་བ་བཞི་ནི། མི་ཆོས་ཀྱི་མནའ་ཟོས་པ། ཉན་  
 ཐོས་ཀྱི་འདུལ་བྱིམས་ཉམས་པ། བྱང་སེམས་ཀྱི་བསྐལ་བ་ཉམས་པ། གསང་སྐགས་  
 ཀྱི་དམ་ཚིག་ཉམས་པ་དང་བཞི། སྟོད་པའི་ལྟེ་བ་བཞི་ནི། གཏི་སྐག་གི་དབང་གིས་  
 འཕགས་པའི་སྐྱེ་ལ་སྟོད་པ། ང་རྒྱལ་གྱི་དབང་གིས་བདན་པའི་ཆོག་ལ་སྟོད་པ། དུག་  
 དོག་གི་དབང་གིས་གོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལ་སྟོད་པ། སྟོགས་རིས་ཀྱི་དབང་གིས་ལྷ་



ལ་སྒྲུང་དོར་བྱེད་པ་ལོ། །ཡིག་པ་ལི་ལྷི་བ་བཞི་ནི། མཉམ་ཉིད་དོན་ལ་བྱུང་འདོན་ལྟེ། །  
ཡང་དག་དོན་ལ་འགལ་འཇུག་ལྟེ། །མཚམས་མེད་ལྷ་ལ་བྲག་འབྱིན་ལྟེ། །མི་དག་  
བཅུ་ལ་ལོག་ལྟེ་ལྟེ། །དེ་དག་གྲང་ཡུལ་བསམ་པ་དུས་གྱི་བྱུང་པར་གྲིས་འབྲས་སུ་  
ངན་སོང་དང་། བྱེད་སྤྱོད་གཉིས་སོགས་འབྱུང་བ་ནི་གོང་དང་འབྲེལ། ལྷ་པ་ལོག་པ་  
བརྒྱད་ནི། དཀར་ནག་ཕྱོགས་ལ་སྒྲུང་དང་བསྟོད། །དག་པ་ཅན་གྱི་ཐུགས་དགྲུགས་  
དང་། །དད་པ་ཅན་གྱི་ཚོགས་བཅག་དང་། །སྒྲ་མ་ལྷ་དང་མཆོད་ལུས་སྒྲུངས། །དཀྱིལ་  
འཁོར་གཉན་པོ་འབྲེལ་དང་བརྒྱད། །འདི་དག་ལོག་པ་བརྒྱད་དུ་གསུངས། །ཞེས་སོ། །  
དེ་དག་གྲང་ཉིས་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེའོ། །

དེ་ལྟར་སྒྲིག་མི་དག་པ་ལི་ལས་འདི་དག་ཚོར་བ་དང་མ་ཚོར་བ་ལི་སྒྲོན་ནས་ལུས་རྟེན་འདི་  
ལ་རང་གི་བྱས་པ་ལ་བྱས་ཤིང་བསམས་པ། མ་བྱས་ཤིང་བསམས་པ་ནི་གཞན་ལ་  
བྱེད་དུ་བཅུག་པ་དང་བྱེད་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་གཉིས་ལ་སྒྲིག་པ་ལི་ཡན་ལག་ཆང་མ་  
ཆང་གི་བྱུང་པར་ཅམ་ལས་དོན་ལ་བྱུང་མེད། ཆོ་འདིར་བྱས་པ་མེད་རུང་ཆོ་རབས་  
ནས་བྱས་པ་གངས་གྱིས་མི་ཆོད། དེ་དག་སྒྲར་བྱས་ལ་འགྱོད་པ་དྲག་པོ་དང་། ཕྱིན་  
ཆད་མི་བགྱིད་སྒྲམ་པ་ལི་དམ་བཅའ། དེ་ལྟར་རྒྱ་མི་དག་པ་ལི་རྣམ་སྒྲིན་གྱི་འབྲས་སུ་  
རིགས་དྲག་སོ་སོའི་སྒྲིག་བསྒྲུལ་དང་། བྱུང་པར་ཞེ་སྤང་གིས་ཀུན་ནས་བསྐྱང་བ་ལི་  
ལས་གྱི་རྣམ་སྒྲིན་དཔུལ་བ་ལི་སྒྲིག་བསྒྲུལ་ནི། བྱུང་པར་དཔུལ་བ་ལི་འཛིག་རྟེན་ཉིད་  
སོན་ན། ཞེས། དེ་ལ་གཉིས། དང་པོ་ཆ་དཔུལ་ལ་འང་བརྒྱད་ཡོད་དེ། མཛོད་ལས།  
འདི་འོག་སྤོང་ཐུག་ཉི་ཤུ་ན། །མནར་མེད་པའོ་དེ་ཅམ་མོ། །དེ་ཡི་སྤྱིང་ན་དཔུལ་བ་  
བདུན། ཞེས་པ་ལྟར། འཛམ་སུ་གླིང་འདིའི་འོག་ཏུ་དཔག་ཆད་སྤོང་ཐུག་ཉི་ཤུ་གཞལ་  
བ་ལི་འོག་ན་སུན་མོང་མ་ཡིན་པ་དོ་རྗེ་མནར་མེད་གྱི་གནས་ཡོད་པ་ལི་སྤྱིང་ནས་རིམ་  
བར་སུན་མོང་གི་དཔུལ་ཁམས་བདུན་པོ་བརྟེན་མར་ཡོད་ཏེ། བཤེས་སྤྱིང་ལས།  
སེམས་ཅན་ཉིས་པར་སྒྱུད་པ་སྤྱོད་རྣམས་ལ། །ཡང་སོས་ཐིག་ནག་རབ་ཏུ་ཆ་བ་དང་། །  
བསྐྱས་འཛོམས་སུ་འབྱོར་མནར་མེད་ལ་སོགས་པ་ལི། །དཔུལ་བ་རྣམས་སུ་རྟག་ཏུ་

སྐྱུག་བསྐལ་འཇུག། །ཞེས་པའི་དང་པོ་ཡང་སོས་ནི། ལྷགས་སྒྲིག་ས་གཞིར་མཚོན་  
 གྱིས་མགོ་ལུས་འདྲར། །ཞེས་དང་བསྟན་བཅོས་དྲན་པ་ཉིར་བཞག་ལས། ཕན་ཚུན་  
 འཁོན་ཞིང་ཞེ་གཙོད་པ། །མི་གང་མི་ནི་གསོད་པ་དང་། །གཞན་ཡང་བསྐྱེད་ {གསོ་  
 ཕག་ལྟ་ མཚན།} རས་གསོད་བྱེད་པ། །དེ་དག་ངེས་པར་ཡང་སོས་འགོ། །ཞེས་པས།  
 དེ་ཡང་ས་ཆ་ཐམས་ཅད་ལྷགས་སྒྲིག་གི་མེ་རབ་རྩ་འབར་བའི་གྲོང་དུ་ལས་རྒྱུང་  
 གིས་དེད་པའི་སེམས་ཅན་ཁ་བ་སུ་ལྷག་འཛུབས་པ་ལྟ་སྤྱད་ས་མེད་པ་ལྟན་ཅིག་  
 རྩ་འདུས་ཤིང་། དེར་འཕེན་བྱེད་ཞེས་དགེ་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་དང་། བྱེད་པ་རྒྱ་མཐུན་  
 ཕན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་དག་ཤིང་མཐོང་བ་ལྟ་སྤྱེད་ཁོང་ཁྱོད་སྤྱེ། མྱོང་བ་རྒྱ་  
 མཐུན་ས་གཞིར་ལས་ཀྱི་མཚོན་ཆ་རང་གྲུབ་མང་པོ་ཡོད་པ་དེ་ལག་རྩ་སྤྲངས་ནས་  
 གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བརྒྱབ་པས་བསད་ཟེན་པ་དང་ནམ་མཁའ་ནས་སོས་པར་གྱུར་  
 ཅིག་གི་སྐྱ་གྲགས་མ་ཐགས་སྤྲར་སོས་ཏེ་ཡང་སྤར་བཞིན་ཡང་གི་ཡང་སོས་ཀྱི་  
 སྐྱུག་བསྐལ་ཤིན་རྩ་མི་བཟོད་པ་ཉིན་རེ་ལ་ལན་ལྟ་བརྒྱུ་རེར་མྱོང་དགོས་པས་ཡང་སོས་  
 ཞེས་བྱ་སྟེ། བཤེས་སྤྲིང་ལས། འདི་ན་ཉིན་གཅིག་མདུང་ཐུང་སྤྲུམ་བརྒྱ་ཡིས། །རབ་  
 རྩ་དྲག་བདེ་བ་སྐྱུག་བསྐལ་གང་ལགས་པ། །དེས་ནི་དཔྱལ་བའི་སྐྱུག་བསྐལ་རྒྱུང་དུ་  
 ལའང་། །དབེར་ཡང་མི་བཅུད་ཆར་ཡང་མི་ཡོད་དོ། །ཞེས་སོ། །ཆོ་ཚད་ནི་མི་ལོ་ལྟ་  
 བཅུ་ལ་ལྟ་རྒྱལ་ཆེན་རིགས་བཞི་པས་ཞག་གཅིག་རྩ་བཅིས་པའི་ཞག་སྤྲུམ་རྩ་ལ་རྩ་  
 བ། རྩ་བ་བཅུ་གཉིས་ལ་ལོར་བཅིས་པའི་ལྟ་ལོ་ལྟ་བརྒྱལ་ཡང་སོས་པས་ཞག་གཅིག་  
 རྩ་བཅིས་པའི་རང་ལོ་ལྟ་བརྒྱའི་བར་སྐྱུག་བསྐལ་ལོ། །  
 སོག་ལས་གཤོགས་དང་། ཞེས། དེ་ལོག་གཉིས་པ་ཐིག་ནག་ནི། ཡང་དེ་ཉིད་ལས།  
 བྱ་མིན་བྱེད་དུ་འཇུག་པ་དང་། །མི་རྣམས་མཛའ་པོ་འབྱེད་བྱེད་པའི། །ཁ་མ་རྩུབ་དུ་  
 སྤྱེད་པ། །ཐིག་ནག་དུ་ནི་འགོ་བར་འཇུག། །ཞེས་པ་ལྷགས་སྒྲིག་གི་ས་གཞིར་སྟེང་  
 རྩ་ལས་མཁན་མགོ་བརྟན་མི་འདྲ་བ་འདིགས་སུ་རུང་བ་དུ་མས་དེར་སྤྱེ་བའི་སེམས་  
 ཅན་ལུས་མགལ་དུ་ལྟར་བསྐལ་ཏེ་ཐིག་ནག་པོ་བཞི་དང་བརྒྱད་དང་བཅུ་དྲུག་



དང་སྤྱི་ཙུ་ཙུ་ཙུ་གཉིས་སོགས་བརྟུང་བའི་སྤྱི་དུ་ལྷགས་སྤྱི་གི་སོག་ལེ་འབར་བ་དང་  
སྤྱི་རེས་གཤགས་གིང་ལུས་པོ་སོ་སོར་བུལ་ཟེན་བ་ན་སྤྱི་རྒྱར་བཞེན་འབྱར་བ་  
ཡང་གཤོགས་གིང་འདྲ་བས་སྤྱི་གི་བསྐྱེད་ཀྱི་ཁྱིད་ལས། ཁ་ཅིག་སོག་ལེས་  
འདྲ་སྤྱི་དེ་བཞེན་གཞན། སྤྱི་རེ་མི་བཟད་སོ་རྩོན་རྒྱུས་ཀྱིས་གཤགས། ཁྱེས་སོ། །  
ཆོ་ཆད་ནི་མི་ལོ་བརྒྱ་ལྷ་སྤྱི་ཙུ་ཙུ་གསུམ་བས་ཞག་གཅིག་དུ་བརྩིས་པའི་གོང་མ་ལྟར་  
ཉིས་འགྱུར་གྱི་སྤྱི་གི་བསྐྱེད་ལོ། རྩོ་ལུམ་འབར་བས་འཛིན། ཁྱེས། དེ་འོག་གསུམ་  
བ་བསྐྱེས་འཛོམས་ལའང་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། འབྱུ་ཡི་ནང་  
ན་འཁོད་པ་ཡི། རྩོག་ཆགས་མཐོང་ན་འཛོམས་བ་གང་། ཁྱི་རེ་ལྷགས་ཀྱི་གཏུན་གིང་  
གིས། ཡང་དང་ཡང་དུ་བརྟུང་བར་བྱ། ཁྱེས་བས་ལྷགས་ཀྱི་གཏུན་ཆེན་པོ་ཡུལ་ལྟོངས་  
ཅམ་བ་རེའི་ནང་དུ་སེམས་ཅན་གངས་མེད་བ་སྤྱི་གས་ནས། ལས་མཁན་རྒྱུས་ཀྱིས་  
ལྷགས་སྤྱི་གི་ཐོ་བ་རི་རབ་ཅམ་བ་རེ་གྲུང་ལ་བསྐྱོར་དེ་བརྟུང་བས་དུ་ཙུ་དེ་རེ་  
འཛིགས་སྤྱི་གི་བསམ་ཀྱིས་མི་བྱུང་བ་དང་། གནད་གཅོད་ཀྱི་སྤྱི་གི་བསྐྱེད་དུག་པོ་  
དང་བཅས་ལུས་ཉིལ་བརྟུང་བ་བཞེན་རྒྱལ་སྤྱི་གཏོར་དེ་གི། ཐོ་བ་བཏེགས་བ་  
ན་སྤྱི་རེས་བ་ཡང་སྤྱི་རྒྱར་བརྟུང་བས་སྤྱི་གི་བསྐྱེད་ལོ། གཉིས་བ་ནི། དེ་ཉིད་ལས།  
བ་གྲུང་ར་ལུག་མ་ཉི་དང་། ཁྱི་དུགས་པག་དང་བྱ་རིགས་དང་། གཞན་ཡང་བསྐྱེད་  
ནས་གསོད་བྱས་ན། ལུས་ཅན་བསྐྱེས་འཛོམས་འགྲོ་བར་འབྱུར། ཁྱེས་བས་རང་  
རང་གིས་རྩོག་གང་བཅད་ཀྱི་སེམས་ཅན་དེའི་མགོ་དང་འདྲ་བའི་བྲག་རི་མེ་འབར་བས་  
ཕན་ཚུན་བརྟུང་ཁ་བཀྱས་པའི་བར་དུ་རང་ལས་རྒྱུང་གིས་དབང་མེད་དུ་དེད་དེ་  
ག་རུས་རྒྱལ་སྤྱི་གི་ལྟར་གཏོར། སྤྱི་གིས་ཆོ་ཡང་སྤྱི་རྒྱར་སོས་གིང་ཡང་བརྟུང་བས་  
སྤྱི་གི་བསྐྱེད་ལོ། །

དེ་བཞེན་དུ་རང་གི་ལུས་ལ་གནས་པའི་གིག་དང་སྤྱི་མ་བསད་པ་ལ་ཉིས་བ་མེད་ཅམ་  
བདུད་ཀྱི་རག་ཆོག་ལ་བ་མོད་ཀྱང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། སྤྱི་བརྟུང་ཡང་དང་ཡང་དུ་  
ནི། བྲག་དཀར་པོ་ཡིས་འཛོམས་བར་འབྱུར། ཁྱེས་བ་ཡང་ཞེ་སྤྱི་གི་ཀྱན་ནས་



བསྐྱེད་པའི་སྤྲིག་པའི་ཡན་ལག་བཞི་ཀ་ཚང་པའི་སྒོ་ནས་རང་གི་སེན་མོ་གཉིས་  
 གྱི་བར་ནས་ཤིག་བཅིར་ཏེ་བསང་པའི་རྣམ་སྤྲིན། བྲག་རི་དཀར་པོ་རང་གི་སེན་མོའི་  
 མདོག་འདྲ་བ་གཉིས་པན་ཚུན་འཐབ་པའི་བར་དུ་ལུས་རྒྱལ་ཕན་ཕྱེ་མ་ལྟར་འཐགས་  
 ཤིང་སྤྱར་སོས་པས་སྤྲུག་བསྐྱལ་ཏེ། བཤེས་སྤྱིང་ལས། ཁ་ཅིག་ཏིལ་བཞིན་འཛིན་  
 ཏེ་དེ་བཞིན་གཞན། བྱེ་མ་ཞིབ་མོ་བཞིན་དུ་བྱེ་མར་སྒྲིག་ ཁྱེ་མོ། ཆོ་ཚད་མི་ལོ་  
 ཉིས་བརྒྱ་ལྟ་འཐབ་བྲལ་གྱི་ཞག་གཅིག་དུ་བརྩི་བའི་ལྟ་ལོ་ཉིས་སྤྱིང་བསྐྱེད་འཛིན་ས་  
 པས་ཞག་གཅིག་དུ་བྱས་པའི་རང་ལོ་སྤྱིང་ཕྱག་གཉིས་གྱི་བར་དུ་སྤྲུག་བསྐྱལ་བྱེད་དོ།  
 དེ་འོག་བཞི་པ་དུ་འབོད་ནི། སྒོ་མེད་ལྷགས་བྱིམ་འཐུམས་ {དུ་འབོད་དང་དུ་འབོད་ཆེན་  
 པོ་གཉིས་ཀ་འདིས་སྒྲིན། མཚན།} བར་འོ་དོད་འབོད། ཁྱེ་མོ། ཡང་། གཞན་བསྐྱུ་གཡོ་  
 དང་རྒྱ་བྱེད་པའི། སྒྲེ་བོ་དག་ནི་ཡིད་དབྱང་བས། འཛིགས་སུ་རུང་བའི་སྒྲེ་འབྱེན་  
 ཅིང་། ཡུན་རིང་དུ་འབོད་སྤྲུག་པར་བྱེད། ཁྱེ་མོ་ལས་ལྷགས་སྤྲུག་གི་ཁང་པ་སྒོ་མེད་  
 པ་དུ་མིག་ཅན་མེ་འབར་པའི་ནང་དུ་ལས་མཁན་རྣམས་གྱིས་ལས་ངན་པའི་སེམས་  
 ཅན་རྣམས་བརྒྱུད་བརྟེན་ཚུབ་སོད་གྱི་སྒྲེ་དང་བཅས་དབང་མེད་དུ་བཅུད་ཅིང་དུ་མིག་  
 དག་ནས་ལས་གྱི་སྤྱལ་པའི་བྱ་དང་བྱི་དང་སྤྱལ་སོགས་སྤྲུག་ཆགས་འཛིགས་སུ་རུང་  
 བ་མང་པོས་གཞོད་པ་དང་བཅས། འདི་ནས་ཐར་པའི་དུས་མི་འོང་སྤྱིམ་ནས་སྤྲུག་  
 བསྐྱལ་ཏེ་འོ་དོད་དྲག་པོ་འབོད་པ་སྤྱེ། ཆོ་ཚད་ནི་མི་ལོ་བཞི་བརྒྱ་ལྟ་དགའ་ལྟན་པས་  
 ཞག་གཅིག་དུ་བརྩིས་པའི་ལྟ་ལོ་བཞི་སྤྱིང་དུ་འབོད་གྱི་ཞག་གཅིག་དུ་བརྩིས་པའི་རང་  
 ལོ་བཞི་སྤྱིང་བྲལ་བོ། དེ་འོག་ལྟ་པ་དུ་འབོད་ཆེན་པོ་ནི། ཡང་། གང་གིས་ལྟ་དང་  
 བྲམ་ཟེ་དང་། སྤྱི་མའི་རྒྱས་འཕྲོག་སྤྲུག་བསྐྱལ་བྱས། ཁང་དག་བཏམ་པ་འཕྲོག་  
 བྱེད་པ། དེ་ནི་དུ་འབོད་ཆེན་པོར་སྤྱེ། ཞེས་པ་གཤིན་རྗེའི་ལས་མཁན་འཛིགས་སུ་  
 རུང་བ་མཚོན་ཆ་ཐོགས་པ་མང་པོས་དཔྱལ་བའི་སེམས་ཅན་གྲངས་མེད་པ་དེད་དེ་  
 ལྷགས་གྱི་ཁང་པ་མེ་ལུ་རུ་རུ་འབར་བ་ཉིས་རིམ་གྱི་ནང་དུ་བཅུད་ནས་ཐོ་བས་བརྟེན་  
 ཅིང་། སྒོ་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀ་ལྷགས་ལྷན་གྱིས་སྤྱལ་མེད་པར་བྱས་ཏེ་ནང་མ་ནས་ཐར་





ཀྱང་ཕྱི་མ་ནས་མི་ཐར་སྐྱམ་པའི་འོ་དོད་དེ་རི་རི་འབོད་པ་ཁ་དང་མཚན་མར་ཁོ་  
 རྒྱུགས་པ་སོགས་ཀྱིས་སྐྱག་བསྐྱེད་ཏེ། བཤེས་སྤྱིང་ལས། དེ་བཞིན་གཞན་དག་  
 ཁོ་རྒྱུ་བཞུས་པ་ཡི། ཁྱུ་བ་འབར་བས་འབྲིགས་པ་ལྟར་པར་བགྱིད། ཅིས་སོ། ཁྲོ་  
 ཚད་ནི་མི་ལོ་བརྒྱད་བརྒྱ་ལྷ་འཕྲུལ་དགས་ཞག་གཅིག་ཏུ་བཅིས་པའི་ལྷ་ལོ་བརྒྱད་  
 སྟོང་དུ་འབོད་ཆེན་པོས་ཞག་གཅིག་བྱས་པའི་རང་ལོ་སྟོང་བརྒྱད་བྱལ་བོ། ཉེ་འོག་  
 རྒྱག་པ་ཚ་བ་ནི། འབར་བའི་གསལ་ཤིང་གིས་འབྲིགས་ཞེས། ཡང་། དགེ་སྟོང་བྲམ་  
 ཟེ་དགེ་བ་དང་། ཉེ་བཞིན་གང་ཞིག་པ་མ་ལ། གཞོད་པ་དྲག་པོས་གཞོད་བྱེད་པ། །  
 དེ་ནི་ཚ་བས་རབ་ཏུ་སྤྲེག་ཅིས་པས་ལྷགས་ཀྱི་ཁྲིམ་མེ་འབར་བའི་ནད་དུ་ལས་མཁན་  
 རྣམས་ཀྱི་ལྷགས་ཀྱི་གསལ་ཤིང་ཅེ་མོ་གསུམ་པ་མེ་འབར་བས་རྒྱང་མཐིལ་གཉིས་  
 དང་འོག་སྒོ་ནས་བརྒྱབ་ཅིང་སྤྲག་པ་གཉིས་དང་སྟེ་པོ་ནས་ཐལ་ལེ་འབྲིན་པ་དང་།  
 ལྷགས་སྤྲེག་གི་སྐྱམ་བུས་ལུས་ཀྱི་ཕྱི་ནས་དཀྱིས་པས་སྐྱག་བསྐྱེད་པ་དང་། གཞན་  
 ཡང་ཟས་འབར་མ་དང་། གདན་འབར་མ་སོགས་ཀྱིས་ཤིན་ཏུ་སྐྱག་བསྐྱེད་ཏེ། བཤེས་  
 སྤྱིང་ལས། ཁཅིག་ལྷགས་ཀྱི་གསལ་ཤིང་རབ་འབར་བ། ཁྲོ་མ་ཅན་(ཤལ་མ་ལི་  
 ཡང་བསྐྱེད། མཚན།) ལ་ཀྱན་ཏུ་རྒྱུད་པར་བགྱིད། ཅིས་སོ། ཁྲོ་ཚད་ནི་མི་ལོ་སྟོང་སྤྲག་  
 གཅིག་དང་དྲག་བརྒྱ་ལྷ་གཞན་འཕྲུལ་དབང་བྱེད་ཀྱིས་ཞག་གཅིག་སྟེ་ལྷ་ལོ་ཁྲི་དྲག་  
 སྟོང་། ཚ་བས་ཞག་གཅིག་བྱས་པའི་རང་ལོ་ཁྲི་སྤྲག་གཅིག་དང་སྟོང་སྤྲག་དྲག་བྱལ་  
 བོ། ཉེ་འོག་བདུན་པ་རབ་ཏུ་ཚ་བ་ནི། ཁོ་རྒྱུར་འཚོད། ཅིས། ཡང་། མེད་པར་ལྷ་  
 བ་གང་ཞིག་གིས། ཁྲོ་མ་ནི་ཁྲོ་མ་མིན་ལོག་སྟོན་ཅིང་། སྟེ་པོ་དམ་པ་དག་ལ་སྤྲང་། །  
 དེ་ནི་རབ་ཏུ་ཚ་བས་སྤྲེག་ ཅིས་པ་དཔྱུལ་ཟངས་ཞེས་ལྷགས་ཀྱི་སྟོང་ཆེན་པོ་དཔག་  
 ཚད་མང་པོ་ཡོད་པ་ཁོ་རྒྱུ་ཁོ་ལ་མས་གང་བའི་ནད་དུ་དཔྱུལ་བའི་སེམས་ཅན་གངས་  
 མེད་པ་འབྲས་ཆན་བཅོས་པ་ལྟར་འཚོད་པས་སྐྱག་བསྐྱེད་ཞིང་། སྟོང་དུ་སྟོན་པ་  
 རྣམས་ལས་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་ལྷགས་ཀྱིས་བརྒྱུད་སྟེ་མགོ་ལ་ཐོ་ལུམ་གྱིས་བསྐྱེད་  
 པས་དྲན་པ་ཉམས་ཤིང་ཡུད་ཅམ་རེར་བརྒྱལ་སོང་ཆོ་ཆོར་བ་འགགས་པ་ལ་བདེ་

བར་སྐྱོམ་པ་ཙམ་གྱིས་ཤིན་ཏུ་སྐྱུག་བསྐྱལ་ཏེ། བཤེས་སྤྱིང་ལས། ཁ་ཅིག་ལྷགས་  
 ལས་བྱས་པའི་ཟངས་ཆེན་དུ། སྤྱིའུ་ཚུགས་འབྲས་ཀྱི་ཅུང་འཕེད་བཞིན་དུ་འཛོད། ཅིས་  
 སོ། །ཆོ་ཆད་ནི་བར་གྱི་བསྐྱལ་པ་ཐུད་ཐུབ་པོ། །ཀྱུན་ནས་ཆ་བའི་མེས་བསྐྱེགས་  
 བརྒྱད་ཆན་གཅིག་ཅིས། དེ་འོག་བརྒྱད་པ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་དོན་རྗེ་མནར་མེད་པའི་  
 དཔུལ་བ་ནི། གསང་སྐྱགས་དོན་རྗེ་ཐེག་པའི་ལམ་ལ་ཞུགས་ནས་སྤྱིན་གྲོལ་གྱི་གདམས་  
 པ་ཐོབ་ཕྱིན་ཆད་དོན་རྗེ་སྤྱོད་དཔོན་དང་དོན་རྗེ་མཆོད་ལུ་མ་གྱི་གཙོས་ཅུ་བ་དང་ཡན་ལག་  
 གི་དམ་ཆོག་མ་བསྐྱུང་བར་དངོས་སུ་ཉམས་པ་འཕམ། མིན་གྲང་འགལ་ཉམས་དང་ཞོར་  
 ཉམས་ཀྱི་ཉམས་ཆགས་མ་བསྐྱུང་བ་དང་མཆོམས་མེད་པའི་ལས་བྱས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 སྤྱི་གནས་ཡིན་ལ། ཡང་། ཡོན་ཏན་དག་གི་ཆེ་བ་ལ། གཞོད་པ་དྲག་པོ་བྱས་པ་འཕམ། །  
 པ་མ་སྤྱོ་མ་བསད་བྱས་ན། རེས་བར་བསྐྱལ་བར་མནར་མེད་འགོ། ཞེས་པས་ལྷགས་  
 ཐེག་གི་ཁང་བ་དོས་རེ་ལ་དཔག་ཆད་ཉིས་སྟོང་ཡོད་པའི་གྲུ་བཞི་པ་ཉེ་འཁོར་ལྷག་མ་  
 བརྒྱ་དྲུག་གིས་བསྐོར་བའི་ནང་དུ་གཤིན་རྗེའི་ལས་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་ལྷགས་ཐེག་  
 གི་སོལ་ཐུང་རེ་རབ་ཙམ་སྤྱངས་པའི་དཀྱིལ་དུ་དཔུལ་བའི་སེམས་ཅན་གྲངས་མེད་  
 པ་བརྒྱག་ནས་སྐྱག་གཟིག་གི་སྤྱད་པ་མང་པོ་ཕྱོགས་ཕྱོགས་ནས་འུར་སྒྲུ་འབྲུག་སྟོང་  
 དུས་གཅིག་ཁྱིར་བ་ཙམ་དུ་མེ་འབྲུད་པས་འོ་དོད་འཕོད་པའི་སྒྲུ་ཙམ་ལས་མེ་དང་  
 ལྷགས་ཁང་སོ་སོར་མི་མངོན་པའི་སྐྱུག་བསྐྱལ་གྱི་ཆོར་བ་ཤིན་ཏུ་རགས་ཤིང་ཐར་  
 པའི་དུས་ནི་མེད། སྐབས་རེར་མེ་སྒོ་ཅུང་ཟད་རེ་ཕྱེས་ནས་བྲོས་པར་བརྒྱམ་ཆེ་ལས་  
 མཁན་རྣམས་ཀྱིས་མདའ་པོ་ཆེ་དང་། དབྱུག་པ་དང་། ཐོ་བ་ལ་སོགས་པས་བསྐྱུན་  
 ཅིང་། ཁྱོ་ཚུ་ཁོལ་མ་པོ་མེའི་ཁ་དང་མཆོན་མར་སྒྲགས་པ་སོགས་དཔུལ་བ་སྤྲ་མ་  
 བདུན་པའི་སྐྱུག་བསྐྱལ་དུས་གཅིག་ལ་ཕྱོད་དགོས་ཏེ། བཤེས་སྤྱིང་ལས། དེ་ལྟར་  
 སྐྱུག་བསྐྱལ་ཀྱུན་གྱི་ནང་ན་ནི། མནར་མེད་དཔུལ་བའི་སྐྱུག་བསྐྱལ་རབ་མི་བཟད། །  
 ཅིས་སོ། །

ཆོ་ཆད་ནི་བར་གྱི་བསྐྱལ་པ་གཅིག་ཐུབ་པོ། །དེ་ལས་ལྷག་པར་མནར་སྐྱུ་མེད་པས་



ན་མན་མེད་པ་ཞེས་བྱའོ། །གཉིས་པ་གང་དཔྱལ་བརྒྱད་ནི། ཚད་ལྷན་ནས་དཔག་  
 ཚད་ནི་ཤུ་བཅལ་བའི་བྱང་ཕྱོགས་ན་ཡོད་པར་གསུངས་ལ། དེ་ཡང་། གངས་རི་  
 ལྷག་པོའི་འདབ་དང་ཆུ་འཕྱགས་གྱི། །གཙོང་རོང་ཡ་ངའི་གནས་སུ་བྱ་ཡུག་  
 སྤྱབས། །ཞེས། སྤྱི་མཐུན་དུ་གཞི་དང་འཁོར་ཡུག་ཐམས་ཅད་གངས་རི་དང་ཆབ་  
 རོམ་གྱི་ཁྱོད། ཤིན་ཏུ་གང་ངར་ཅན་གྱི་བྱ་ཡུག་འབའ་ཞིག་སྤྱབས་པའི་གནས་ཡང་  
 བར་སྐྱབས་བྲལ་མགོན་མེད་ཤིན་ཏུ་སྤྱག་བསྐྱལ་བ་གཅེར་བུར་སྤྱེས་ཤིང་། གང་རྒྱལ་  
 རྒྱང་གིས་བཏབ་པའི་ཡང་ཆོ་ནི། །ཆུ་བུར་ཅན་དང་ ཞེས། གང་བའི་རྒྱལ་བྱས་ལྷས་  
 ལ་ཆུ་བུར་ཐོལ་ཐོལ་དོལ་བའི་ཆུ་བུར་ཅན་དང་། ལྷག་པར་དོལ་བ་ཅན། ཞེས། ཏ་  
 ཅང་གང་ཆེ་བས་ཆུ་བུར་དོལ་ནས་ཐུར་སོང་བ་ལ་ཆུ་བུར་དོལ་བ་དང་། སྤྱི་སྤྱགས་  
 རྒྱན་མི་ཆད་པར་འདོན་པ་ཡང་། ཞེས། ཨ་ཆུ་ཆུ་ཟེར་ནས་སྤྱི་སྤྱགས་རྒྱན་མི་ཆད་པ་  
 དང་། ཆོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་བརྒྱལ་པར་དཀའ་བ་ཡིས། །བྲངས་གྱིས་རབ་བཏང་  
 འཆི་ཁའི་ནད་པ་བཞིན། །ཤུགས་རིང་འདོན་ཅིང་ ཞེས། སྐད་གྱི་གདངས་ཆགས་པས་  
 ཤུགས་རིང་གིས་གྱི་རྒྱད་འདོན་པ་དང་། སོ་ཐམ ཞེས། གང་བའི་ཟུག་རྩ་མི་བཟོད་  
 པར་སོ་ཐམ་པ་དང་། པགས་པ་འགས། ཞེས། ལྷགས་མདོག་སྤོན་པོར་སོང་སྟེ་བཞི་  
 ཆལ་དུ་གས་པ་ལ་ཡུའལ་ལྷར་གས་པ་དང་། ཤུ་ཐོན་ནས་ཞེས། བར་གི་གཤམ་དོག་  
 དམར་པོར་མདོན་པ་གང་རྒྱལ་གི་བརྒྱད་ཆལ་དུ་གས་པས་བསྐྱེད་ལྷར་དང་། ལྷག་པར་  
 འགས་ཏེ་བརྒྱད། ཅིས། དེ་ལས་ཀྱང་དམར་ནག་ཏུ་གྱུར་ཏེ་བཅུ་དྲུག་དང་། ལྷས་  
 ཅུ་སོ་གཉིས་དང་གངས་མེད་གས་པ་ལ་བསྐྱེད་ཆོན་པོ་ལྷར་གས་པ། དེའི་མ་ནང་དུ་  
 སྤོན་བྱ་ལྷགས་གྱི་མཆུ་ཅན་མང་པོ་ཞུགས་ནས་ཐ་བ་སོགས་སྤྱག་བསྐྱལ་བཟོད་དུ་མེད་  
 པའོ། །དེ་ལྷར་སྤྱག་བསྐྱལ་མི་འདྲ་བ་བརྒྱད་ལ་མིང་བརྒྱད་དུ་ཆགས་པས་གང་དཔྱལ་  
 བརྒྱད་དོ། །ཆོ་ཆད་ནི། གྲོང་ཁྱེར་གོ་ས་ལའི་བྲེ་ལ་གཞལ་བའི་བཅུ་ཆད་ཤོངས་  
 པའི་གཞོང་པ་ཞིག་ཏིལ་གྱིས་བཀང་བ་ལས་ལོ་བརྒྱ་རེ་ནས་ཏིལ་རེ་རེ་བྱང་བས་  
 ཏིལ་ཐམས་ཅད་ཟད་པ་ན་ཆུ་བུར་ཅན་གྱི་ཆོ་ཆད་ཡིན་ལ། འོག་མ་རྣམས་ལ་ཆོ་ཆད་

ཉི་ཤུ་རེ་འགྲུར་ཞིང་སྤྲུག་བསྐྱེད་འོག་ནས་འོག་ཏུ་རིམ་བར་ཆེད། །

ངན་སྲིད་གསུམ་སོགས་ལས་ངན་གང་བྱས་ཀྱི་ལས་དེ་མ་ཟད་པར་སྤྲུག་བསྐྱེད་མྱོང་  
དགོས་ངེས་པ་ནི། དཔེས་སྤྱིར་ལས། དེ་ལྟར་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་ལོ། །བྱེ་  
བ་སྤྲུག་བསྐྱར་ཉམས་སུ་མྱོང་ཡང་ནི། རི་སྤྱིད་མི་དགེ་དེ་ཟད་མ་གྱུར་པ། དེ་སྤྱིད་  
སོག་དང་བྱལ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་སོ། །དེར་སྐྱེ་བའི་རྒྱུ་ནི། ཆོས་འཆད་པའི་  
འདུཾ་ཁང་བཞིག་པ་དང་། ལ་མ་དང་སྤྱེ་མ་དང་ཆོས་ཀྱི་ན་བཟའ་ལྟ་སྤྱིའི་སྤྱན་དར་  
སོགས་འཕྲོག་བ་དང་བཅད་པ། སེམས་ཅན་ཆུ་འབྲུག་ལྟ་སྤྱིའི་གང་རེག་གིས་སྒོ་ནས་  
བསད་པ་དང་། འཕགས་པ་ལ་སྤྱར་བ་བཏབ་པ། ཐེག་བ་ཆེན་པོའི་ཆོས་སྤྱིར་ནས་  
སྤྱད་པ་སོགས་དེར་སྐྱེ་བ་མདོ་ལས་གསུངས་སོ། །

དེ་ནས་ཉེ་འཁོར་ལྷག་མ་བཅུ་དྲུག་ནི། །གོང་གི་མནར་མེད་ཀྱི་ལས་སྒྲུབ་པ་རྣམས་  
ཐར་དུ་ཉེ་བའི་ཆེའམ། ཡང་ན་རང་རང་ལས་སོ་སོའི་དབང་གིས་སྐྱེ་བ་སོགས་མ་ངེས་  
ཀྱང་། དོ་རྗེ་མནར་མེད་ཀྱི་དབྱེལ་བའི་ལྷགས་ཁང་དེའི་ཚྭ་གས་བཞིན་སྒོ་བཞི་ཡོད་  
པའི་གང་ནས་བྱད་ཀྱང་མེ་མ་སྤར་གྱི་འོབས་སོགས་ཕྱོགས་བཞིན་བཞི་བཞི་སྟེ་བཅུ་  
དྲུག་ མཆོམས་བཞིན་ལྷགས་ཀྱི་ཤལ་མ་རིའི་སྤོང་པོ་རེ་ཡོད་པར་གསུངས་པས། དེ་  
བཞིན་སྤྱི་གིའི་ཐང་ལ་རྒྱུ་བ་གཤོགས། ཞེས། དང་པོ་སྤྱི་གི་གཏམ་པའི་ཐང་ནི།  
རྒྱུངས་རིང་པོ་ནས་ཐང་སྤོན་པོ་ཉམས་དགའ་བ་མཐོང་སྟེ་དགའ་བཞིན་རྒྱགས་པས་  
ས་གཞི་ཐམས་ཅད་ལྷགས་སྤྲེག་གི་ཆེར་མ་དང་སྤྱི་གི་སྤོན་པོ་ཁ་བྱེན་དུ་བསྟན་པའི་  
ཐང་དུ་གྱུར་ནས་རྒྱུང་བ་གཡས་བཞག་ཆོ་ཤ་དང་རུས་པའི་བར་འབྲིག་ཅིང་གཏུབ་  
ལ། ཡང་གཡོན་པ་བཞག་ཆོ་གཡས་པ་སོས་ཤིང་གཡོན་པ་གཏུབ་སྟེ་སྤྲུག་བསྐྱེད་  
ལོ། །དེར་སྐྱེ་བའི་རྒྱུ་ནི། ལས་སོ་སོ་ལྟར་ན་ཆོས་མ་ཡིན་པ་གཞན་ལ་བསྟན་པ་སོགས་  
ཀྱི་སྐྱེ་གནས་སུ་གསུངས་པ་ནི། ཡང་། གང་ཞིག་ཆོས་ཀྱི་སྤྲེགས་འཛིག་ཅིང་། །ཡང་  
དག་མ་ཡིན་ལམ་སྤྱི་བའི། མི་དེ་དག་ནི་སྤྱི་གིའི་སོས། །གཏམ་པའི་ལམ་ལ་འགྲོ་  
བར་འགྱུར། །ཞེས་སོ། །རལ་གྱིའི་ཆོལ་དུ་ལུས་ལ་བཅད་གཏུབས་བྱེད། །ཅིས། གནིས་

བ་རལ་གྱི་ལོ་མའི་ནགས་ཚལ་ནི། སྤུ་མ་དེ་ལས་ཐར་ནས་ནགས་ཚལ་ཉམས་དགའ་  
 བ་ཞིག་མཐོང་ནས་ཕྱིན་བ་ན་རལ་གྱི་ལོ་མའི་ནགས་ཚལ་ཞེས་ལུགས་ཀྱི་སྤོང་པོ་ལ་  
 རལ་གྱི་རྩོད་རར་ཅན་མང་པོ་ལོ་མ་ལྟར་སྐྱེས་པ་དེ་རྒྱུད་གིས་བསྐྱོད་པས་ལུས་དུམ་བུ་  
 དུམ་བུར་གཙོད་ཅིང་དཔལ་བའི་བྱ་བྱི་སྤྲོ་ཚོགས་ཀྱིས་ཟ་བས་སྤྲུག་བསྐྲལ་ལོ། །སྐྱེ་  
 བའི་རྒྱ་ལས་སོ་སོའི་དབང་དུ་ན་རང་བཞིན་གྱི་སེམས་ཅན་བག་ཐེབ་པར་གནས་  
 བའོ། །བསམ་གཏན་བསྐྱོམ་པའི་ཐུགས་དཀྱུགས་པ། དོན་མེད་པའི་མི་ལ་གཞོད་  
 བ་སྤྲོ་ཚོགས་བསྐྲལ་བ་སོགས་ཀྱི་སྐྱེ་གནས་སུ་གསུངས་པ་ནི། ཡང་། བག་ཐེབས་  
 ཅན་ལ་གཞོད་བྱེད་མི། རྒྱགས་ཚལ་རལ་གྱི་ལོ་མའི་འདབ་ཅན་དུ། གཏུག་པར་བྱ་ཞིང་  
 བྱ་ཞོད་ཁྱི། ལྷག་པ་བྱ་རོག་ཟ་བར་འགྱུར། ཞེས་སོ། །རོ་སྤྲུགས་འདམ་རྒྱུད་ ཞེས།  
 གསུམ་པ་རོ་སྤྲུག་གི་འདམ་ནི། ཞོང་ལྟར་རང་བཞིན་གྱི་འདམ་རྒྱུ་ལྟ་བུ་ཉམས་  
 དགའ་བ་མཐོང་ནས་དགའ་བཞིན་ཞུགས་པས་མི་བྱིན་སོགས་སེམས་ཅན་གྱི་རོ་རལ་  
 བ་ཤིན་དུ་མི་གཙང་བ་དྲི་ར་བ་འབྲས་གང་བའི་འདམ་རྒྱུ་བྱུར་པས་ལུས་དེར་བྱབ་  
 བས། སྤོན་བུ་མཚུ་རྩོད་ཞེས་སྤོན་བུ་ལུགས་ཀྱི་མཚུ་ཅན་མང་པོས་གཏུ་རུས་འཕྲིག་སྟེ་  
 རྒྱང་འཛིབ་པ་སོགས་སྤྲུག་བསྐྲལ་ལོ། །ཞོང་ལྟར་ལས་སོ་སོའི་དབང་དུ་ན། ལོག་  
 འཚོ་དང་། དག་འདུན་གྱི་གདན་དྲོད་ཅན་ཚམ་ཚོམ་མེད་པར་འགོམ་པ་དང་། ཡོན་  
 ཏན་མེད་བཞིན་དཀོར་ནག་རམ་པོ་ཆེ་ཟ་བ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་གནས་སུ་གསུངས་པ་ནི།  
 ཡང་། གང་དུ་འཚོ་བ་ལོག་པ་ནི། རྒྱུད་ཟད་ཀྱིས་ཀྱང་འཚོ་བྱེད་པ། རྟེན་དག་སྤྲུག་  
 འཛིན་བྱུང་གྱུར་ནས། སྤོན་བུ་རྣམས་ཀྱིས་བཟའ་བར་འགྱུར། ཞེས་སོ། །ཐལ་  
 ཚན་རབས་མེད་ (ཐལ་ཚན་གྱི་མེ་མ་སྤར་དང་རྒྱ་པོ་རབ་མེད་གཉིས་ཀ་སྟོན། མཚན།)  
 གྲོང་། མནར་བའི་ཉེ་འཁོར་བ་དང་ ཞེས། བཞི་བ་ཐལ་ཚན་རབ་མེད་ནི། ཞོང་  
 ལྟར་གྱི་བ་མ་ནག་རམ་མེ་བའི་འོབས་ཉམས་དགའ་བ་མཐོང་སྟེ་དགའ་བཞིན་དུ་འཕོག་  
 བའི་ཆེ། ལུགས་ཀྱི་འདགས་མེ་འབར་བའི་འོབས་སུ་རྒྱུད་དེ་གཤུགས་རུས་པའི་བར་  
 དུ་ཆོག་ཅིང་སྤྲུག་བསྐྲལ་ལོ། །



སོ་སོའི་དབང་དུ་ན་སོ་བྱང་གི་བསྐྱབས་སྒོམ་ཐོབ་ནས་མ་བསྐྱར་བ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་གནས་སུ་  
 གསུངས་པ་ནི། ཡང་། གང་ཞིག་བརྟུལ་ཞུགས་བཟང་མཐོས་ནས། །ལེགས་པར་སྤང་  
 བར་མི་བྱེད་ན། །དེ་ནི་ངེས་པར་ག་དང་རུས། །འཛིག་པའི་མེ་མ་མུར་དུ་སྤྲེག་ །ཅིས་  
 སོ། །ལུགས་ཀྱི་ཤལ་མ་རི་ནི། །བཙུན་པ་སོ་སོའི་ཚངས་སྤྱོད་ཉམས་པ་རྣམས་དང་།  
 སུད་མེད་ཀྱིས་རང་རྒྱུད་བསད་པ་དང་། །བཙུན་མ་སོགས་ལ་འདོད་ལོག་སྤྱོད་པ་རྣམས་  
 སྐྱེ་བའི་གནས་ཡིན་ཏེ། ཡང་། བྱི་པོ་བྱེད་པ་ཤལ་མ་རིའི། །ལུགས་ཀྱི་ཆོར་མ་རྩེ་མེ་  
 འབར། །སོར་ནི་བཙུ་དུག་ཡོད་པ་ལ། །དུ་ཞིང་སྟོབས་ཀྱིས་འཛེགས་པར་འཕྱུར། །  
 །ཞེས་པ་ལྟར། ཤལ་མ་རི་ནི་ལུགས་ཀྱི་སྤོང་པོ་ལ་ལུགས་ཀྱི་ཆོར་མ་སོར་བཙུ་དུག་པ་  
 མང་པོའི་རྩེ་མོ་མུར་དུ་གཟེངས་ཡོད་པའི་རྩ་བར་འདོད་ལོག་སྤྱོད་པ་འམ་ཚུལ་ཉམས་  
 རྣམས་ལས་ཀྱིས་སྤྲེལ་བ་དང་། རྩེ་མོ་ན་སྤར་རང་དང་དགའ་གདུང་ཡོད་པའི་གྲོགས་  
 དེའམ། །རང་རྒྱུད་བསད་པ་ཡིན་ན་གསོད་རྒྱུའི་བྱིས་པ་དེའི་སྟོར་རྗེ་རྗེའི་རྒྱད་ཀྱིས་  
 འཁོད་པར་མཐོང་ནས་ལས་རྒྱུད་གི་སྟོབས་ཀྱིས་བྱེན་དུ་དེད་ནས་ཕྱིན་ཆོ། ཆོར་མ་  
 རྣམས་མུར་དུ་གཟེངས་ཏེ་བྱང་ནས་རྒྱལ་གཞུང་བར་འབྲེགས་ཤིང་གཤག་ཏེ་རྩེར་  
 ཕྱིན་པ་ན། སྤར་གྱི་དེ་མ་ཡིན་པའི་དཔུལ་བའི་བྱ་ཁྲ་ཏེ་འཛིགས་ཅེས་པ་དང་། བྱ་  
 རྒྱུད་ལ་སོགས་མ་སུང་བའི་བྱ་མང་པོ་དག་གིས་མིག་ཆོལ་འབྱུ་བ་དང་ག་ལུགས་  
 བཅད་ཅིང་རུས་པའི་བར་ཟ་བ་སོགས་སྤྲུག་བསྐྱལ་། ཡང་རྩ་བ་ན་སྤར་ལྟར་འཁོད་  
 པ་མཐོང་ནས་མུར་དུ་ཕྱིན་པས་ཆོར་མ་རྣམས་རྩེ་མོ་གྲེན་དུ་གཟེངས་ནས་འབྲེགས་  
 ཤིང་སྤར་ལྟར་སྤྲུག་བསྐྱལ། རྩ་བར་སྤྲེལ་བ་དང་ལུགས་སྤྲེག་གི་སྐྱེས་པ་འམ་སུད་  
 མེད་འཛིགས་སུ་སུང་བས་པར་དུ་འཕྱུད་ཅིང་མགོ་པོ་ཁར་བཙུག་སྟེ་བསྐྱད་པས་  
 འགམ་ཁྲག་གཉིས་ནས་ཀླད་པ་སྐྱུ་ཆེལ་གྱི་འོང་བ་དང་། །ལུགས་ཀྱི་བྱི་བྱོ་པོ་ཞེས་  
 འཛིགས་སུ་སུང་བས་ཟ་ཞིང་མིད་པ་སོགས་ཀྱིས་སྤྲུག་བསྐྱལ། དེ་ལྟར་སྤྲུ་གྱིའི་ཐང་  
 རལ་གྱིའི་ནགས་ཆོལ་གཉིས་མཚོན་ཆར་གཅིག་ཏུ་བརྩེ་བའི་བྱི་པོ་ལ་ན་ཐལ་ཚན་གྱི་  
 རུ་པོ་རབ་མེད་ཡོད་དེ། རྒྱངས་ནས་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་མཐོང་ནས་ཆོབས་གདུང་ཆེབས་



དགལ་བཞིན་འཐུང་འདོད་ཀྱིས་དྲུང་དུ་སྤྲེའུ་ཆོ། ལྷགས་ཀྱི་ཁྱོ་ཆུ་ལོལ་མ་ལྷགས་ཟངས་  
 ཀྱི་བྱེ་མས་སྤྱོ་རུར་པོར་ལུས་ཀྱི་ཆེ་མན་ཆད་རུབ་སྟེ་ག་རྣམས་ཆོས་ཤིང་རུས་པ་སྟུ་  
 མིང་རེར་འགྲོ་བ་ལ་ཡང་ཡང་བརྒྱལ་དགོས་པའི་སྟུག་བསྟུལ་ཡོད་དོ། །ཡང་། རྒྱ་  
 རྒྱལ་ཉ་སོགས་བསད་པས་ན། རྒྱ་པོ་རབ་མེད་འབར་བ་ཡི། ཟངས་ཀྱི་ཁུ་བ་རྒྱར་  
 འགྲོ་ཞིང་། མི་དེ་མེས་ཀྱང་བསྐྱེག་པར་འགྱུར། ཞེས་སོ། ཉེ་འཁོར་ལྷག་མ་བརྒྱ་  
 དུག་པོ་དེ་དག་ཏུ་དམུལ་སྤྲུང་མགོ་བརྒྱན་མི་འདྲ་བ་འཛིགས་སུ་རུང་བ་མང་པོས་  
 མཆོན་ཆ་སྟུ་ཆོགས་ཐོགས་ཤིང་དབང་མེད་དུ་དེད་པ་སོགས་སྟུག་བསྟུལ་ཡོ། །དམུལ་  
 ཁམས་དེ་དག་གི་སྟུག་བསྟུལ་གྱི་རྣམ་གྲངས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དངོས་སུ་སྤྱོད་བ་ལྟ་ཅི།  
 རི་མོ་བྱིས་པ་མིག་གིས་མཐོང་བ་དང་། ཡིད་ལ་དྲན་པ་ཙམ་གྱིས་སྤྲིང་འགས་པ་  
 ཙམ་གྱི་སྟུག་བསྟུལ་ཡོད་དོ། །དེ་ནས་ཆ་གྲང་གཉིས་ཀར་གཏོགས་པའི་ཉི་ཆོ་བའི་  
 གནས་དང་ལས་སྤང་རེས་པ་མེད་པའི་སྟུག་བསྟུལ་གྱི་རྣམ་གྲངས་བརྗོད་དུ་མེད་པ་  
 ཡོད་དེ། མདོ་ཙམ་སྟོན་ན། འགྱུར་བ་ཙན། རྫོང་དང་ཀ་བ་ཐབ་དང་ཐག་པ་སོགས། །  
 རྟག་ཏུ་བཀོལ་ཞིང་སྤྱོད་པའི་ཉི་ཆོ་བ། ཞེས། ཁང་པའི་སྤྱོད་དང་། ཀ་བ་དང་གཏུང་  
 མ། ཐབ་དོད་དང་། ཐག་པ་དང་། གཏུན་དང་། བྱགས་མ་དང་། བྱུ་བ་ལ་སོགས་པ་  
 རང་ཡིན་པར་འདུ་ཤེས་ཉེ་སྟུག་བསྟུལ་གྱི་ཆོར་བ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་དང་། དེ་བཞིན་  
 དུ་ཤིང་སྤོང་པོའི་ཡལ་ག་བཅད་གཏུབ་བྱས་ཆོ་རང་གི་ཡན་ལག་བཅད་པའི་སྟུག་  
 བསྟུལ་ཉེ་བར་ལེན་པ་དང་། གཞན་ཡང་རྒྱ་ཆན་གྱི་ནང་དུ་འཛོད་པ་དང་། རྒྱ་འབྲུགས་  
 དང་ཆབ་རོམ་གྱི་ནང་དུ་རེད་པ་དང་། བྲག་བར་དུ་བཅར་བ། ཤིང་དང་དོ་ཡི་ནང་དུ་  
 འཐུམ་པ་སོགས་སྟུག་བསྟུལ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་ཡོད་དོ། །

དམུལ་ཁམས་དེ་དག་ཏུ་རང་མདོན་སུམ་དུ་སྤྱོ་ནས་སྟུག་བསྟུལ་དེ་དག་ཉམས་སུ་  
 སྤྱོད་བར་བསྒོམས་ཉེ་དེས་དེར་དངོས་སུ་སྤྱོ་བ་མིན་ཀྱང་དེའི་སྟུག་བསྟུལ་སེམས་  
 ཐོག་ཏུ་བྱངས་པ་ཙམ་ལ་ཡང་འཛིགས་སྟུག་དང་སྟུག་བསྟུལ་འདི་ཙམ་འདུག་ན། ད་  
 ལྟ་དེར་སྤྱོ་བའི་སེམས་ཙན་གྲངས་མེད་པ་ཞིག་ཡོད། དེ་ཐམས་ཅད་རང་གི་སྤྱོ་སྟོན་

དང་ད་ལྟའི་པ་མ་ཉི་འབྲེལ་སོགས་ཡིན་པས་དེ་རྣམས་སྤྱིར་རེ་རྗེ། དེར་སྐྱེ་བའི་རྒྱུ་འི་  
གཙོ་བོ་ཞེ་སྤང་གི་ལས་ཡིན། རང་རེའི་ཆོ་རབས་འདི་དང་གཞན་དུ་འང་ཉོན་མོངས་  
པ་ཞེ་སྤང་གི་ལས་བསགས་པ་ཡང་གྲངས་ཀྱིས་མི་ཆོད་པས་དཔུལ་བའི་གནས་དེ་  
དག་ཏུ་སྐྱེ་རེས་པས། ད་ཕྱིན་ཆད་རན་སོང་གི་གནས་དེ་དག་ཏུ་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་  
མི་སྐྱེ་བའི་ཐབས་ལ་འབད་དགོས་སྟུང་དུ་སྒྲོ་སྒྲུངས་ལ། སྤར་བྱས་ཀྱི་ལས་ལ་འགྱོད་  
བཤགས་དང་། ཕྱིན་ཆད་སོག་ལ་བབ་ཀྱང་ཞེ་སྤང་དྲག་པོས་ལས་མི་བགྱིད་སྟུང་བའི་  
དམ་བཙའ་བྱ། དེར་སྐྱེས་བའི་སེམས་ཅན་ལ་སྤྱིར་རྗེ་གས་མི་བཟོད་པ་བསྒྲོམ་ལ་  
སྤྱག་བསྐུལ་གཏོང་ཡོན་སོགས་སྤྱག་བསྐུལ་ལས་སྒྲོལ་བའི་ཐབས་སྒྱུར་དངོས་རྗེས་  
གསུམ་ཆོང་བས་ཉམས་སུ་བྱུང་བར་བྱའོ། །རྣམ་གྲངས་བཙོ་བརྒྱད་གང་ལས་འབྱུང་  
བའི་རྒྱ། ཞེ་སྤང་དྲག་པོའི་ཀུན་སྒྲོང་སྐྱེས་བའི་ཆོ། སྒྲོ་སྐྱེ་= ལམ་གོལ་= གཉིས་སུ་  
ཞེས་གསོལ་བ་འདེབས་ལུགས་ནི་སྤར་ལྟར་རོ། །

རན་སོང་གི་གནས་གཉིས་པ་ཡི་དྲགས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐུལ་ལ་བྱིང་ན་གནས་པ་དང་།  
མཁའ་ལ་རྒྱ་བ་གཉིས་ཡོད། དང་པོ་ནི། དེ་བཞིན་སོངས་ལ་ཉམས་མི་དགའ་བའི་  
ཡུལ། །ཞེས། ཡུལ་ཡངས་པ་ཅན་ཞེས་བདེ་བས་རབ་ཏུ་སོངས་པས་དོ་གསེག་མ་  
ཅན་ཉོན་རེ་བྱེ་ཆོན་གྱི་ཆར་ལན་བདུན་རེར་འབབ་ཅིང་། དུས་ཆོག་གོ་ལོག་པས་  
དབྱར་དུས་སྐྱེ་བས་བསྐྱེག་ཅིང་། དཔྱན་དུས་ཉི་མའི་གང་རེག་གིས་གདུང་བའི་ཡུལ་  
རན་དེར། བཟའ་བཏུང་ཡོངས་སྒྲོད་མིང་ཡང་མི་གྲགས་པར། །ཟས་སྒྲོམ་ལོ་སྐྱར་  
མི་རྟེན་ཡི་དྲགས་ལུས། །རིད་ཅིང་སྤང་བའི་སྟོབས་ཉམས་རྣམ་པ་གསུམ། །ཞེས།  
ཡང་། གང་ཞིག་ཅི་ཡང་མི་སྟེར་དང་། སྤྱིན་པ་སྒྲོག་པར་བྱེད་པ་སྟེ། །ཡི་དྲགས་  
བཀྲེས་པས་གདུང་བ་ཡི། །གསུམ་ཆེ་ཁ་ནི་ཁབ་ཅམ་འབྱུར། །ཞེས་པ་ལྟར།  
སྤྱིར་ལས་དབང་གི་སྤྱག་བསྐུལ་སོགས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་མ་རེས་ཀྱང་། སྤྱི་མཐུན་  
ཅམ་ལ་རིམ་པར། ཕྱིར་སྐྱིབ་པ་ཅན་ནི། ཟས་སྒྲོམ་སྟེང་བ་ལྟ་ཅི། ལོ་གངས་བརྒྱ་ཕྱག་  
མང་པོར་རྒྱུའི་མིང་ཅམ་ཡང་ཐོས་མ་སྟེང་བས་གིན་ཏུ་བཀྲེས་སྒྲོམ་གྱིས་གདུངས་གིང་།





ལུས་ཤིན་ཏུ་རིད་པས་མགལ་དུ་མ་ལྟ་བུ་བཟང་བཏུང་བཅའ་ཀྱང་མི་རྟེན། གལ་ཏེ་  
 རྒྱུད་རིང་པོར་རྒྱ་ཁྱུང་སྡོ་ཤར་ཤར་འབབ་པ་དང་། ཤིང་ལྗོན་པ་མེ་ཏོག་དང་ལོ་འབྲས་  
 ཅན་མང་པོ་མཐོང་ནས་ཟས་སྒོམ་གྱི་སྲིད་པས་དགའ་སྟེ་འགྲོ་བ་ན། ཡན་ལག་གི་  
 ལྷ་ཚིག་འབྲེལ་ཞིང་ལྟོ་བ་མི་ཐེགས་པའི་སྐྱུག་བསྐལ་བཞིན་ཐང་ཆད་ཆད་དུ་ཕྱིན་ནས་  
 དུང་དུ་སྲིབ་ཆེ་ཆུ་ཐམས་ཅད་སྐམ་ནས་གུམ་པ་སྐྱུ་ཁྲོག་གིར་འགྲོ་བ་དང་། ཤིང་ཡང་  
 སྐམ་ནས་ཁྲ་མ་སྐྱུ་ཁྲོལ་གྱིས་སོང་ནས་སྐྱར་བཀྲས་སྒོམ་མེ་འབར་བ་ལྟ་བུའི་སྐྱུག་  
 བསྐལ། ཡང་བཟང་བཏུང་ཡོངས་སྟོན་གྱ་ལོམ་པ་མང་པོ་མཐོང་ནས་དུང་དུ་ཕྱིན་ཅ་  
 བ་སྟོན་དབང་མེད་པར་སྐྱེས་བུ་གོ་མཚོན་དང་ལྷན་པ་མང་པོས་བསྐྱར་ཞིང་མཚོན་  
 ཆས་བརྟེག་པས་སྐྱུག་བསྐལ་བའོ། རྣང་གི་སྦྱིབ་པ་ཅན་ནི། ཁ་ཁབ་མིག་ཅམ་ལས་  
 མེད་པས་ཟས་སྒོམ་ཁར་མི་རྒྱུད། རྒྱུད་ཀྱང་མིད་པ་རྟ་རྟ་ཅམ་ལས་མེད་པས་དེར་མ་  
 རྒྱུད་གོང་དུ་ཁའི་དུག་གིས་སྐེམས་པ་དང་། ཅུང་ཟད་རེ་མིད་པར་སོང་ཡང་ལྟོ་བ་ལུལ་  
 ལྟོངས་ཅམ་ཡོད་པ་མི་ཁེང་། ལྟོ་བ་དེ་ཅམ་རེ་ལྟོར་སོང་ན་མཚོན་མོ་མེ་འབར་བས་  
 སྟོ་སྟེང་ནང་ཁྲོལ་ཐམས་ཅད་ཚིག་ཅིང་སྐྱུག་བསྐལ་བའོ། སྒོས་ཁུར་གྱི་སྦྱིབ་པ་ཅན་  
 ནི། ཡི་དུགས་རེ་རའི་ལུས་ལ་མང་པོས་ཆང་བཅས་ནས་ཟ་བར་བྱེད་པ་སོགས་སྐྱུག་  
 བསྐལ་གྱི་རྣམ་གྲངས་གཞན་ཡང་མ་དེས་པ་མང་དུ་ཡོད་པ་ནི་བྲིད་ཡིག་ཀྱན་བཟང་  
 གྲུ་མའི་ཞལ་ལུང་སོགས་ལས་ཤེས་སོ། །

གཉིས་པ་མཁའ་ལ་རྒྱ་བའི་ཡི་དུགས་ནི། བཅོན་རྒྱལ་པོ། ཤི་འདྲེ། འབྲུང་པོ། མ་མོ།  
 ཐེའུ་རང་སོགས་མེམས་ཅན་གྱི་སྟོག་དཔུགས་འཕྲོག་པའི་རིགས་ཡིན་ལ། དེ་དག་  
 ཀྱང་དུས་རྟག་ཏུ་འཛིགས་སྐྱུག་དང་འབྲེལ་སྒྲུང་འབའ་ཞིག་ལ་སྟོན། རྟག་ཏུ་བསམ་  
 པ་ངན་པ་ལ་གནས་ནས་གཞན་ལ་གཞོད་པའི་ལས་ཁོན་ལ་བརྩོན་ཏེ་སྐྱར་གི་མ་ཐག་  
 ངན་སོང་ལས་ཐར་བའི་དུས་མེད། བྱད་པར་ཞག་བདུན་ཐུག་རའི་མཚམས་སུ་སྐྱར་  
 རང་ཉིད་ནད་མཚོན་སོགས་གང་གིས་གི་བའི་དུས་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐལ་དེ་ཉིད་ཉམས་སུ་  
 རྟེན་ནས། སྐྱུག་བསྐལ་དེ་དག་གཞན་ལ་སྟོ་བར་འདོད་པས་གང་དུ་ཕྱིན་པའི་མི་དང་

དུད་འགྲོ་ལ་གཞོན་ཅིང་རང་ལ་ནི་མི་པན། སྤར་གྱི་ཉེ་དུའི་དུང་དུ་ནམ་ཕྱིན་ཀྱང་དེ་དག་  
ལ་སྒྲོ་འཕོག་ལ་སོགས་པ་མི་འདོད་པའི་ནད་གདོན་དུ་མ་འབྱུང་། དེའི་རྒྱུན་གྱིས་  
སྤགས་པ་རུས་ཅན་གྱིས་ས་འོག་ཏུ་མནན་པ་དང་། སྤྱིན་སྤྲེག་གི་མེ་ལ་བསྐྱེད་པ།  
ཡུངས་སུན་སོགས་སུན་གྱིས་བྲབ་ཅིང་བརྟེན་པས་སྤྲུག་བསྐྱལ་དང་། དུས་ཚིགས་  
ལོག་པའི་སྤྲུག་བསྐྱལ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་མྱོང་ངོ་། །གང་ལས་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་ནི་  
སེར་སྒྲ་ཡིན། །ཞེས། ཡང་། སྤེད་དང་སེར་སྒྲའི་སྒྲིན་གྱིས་ནི། །ཤི་ནས་ཡི་དྲགས་  
འདི་རྣམས་འབྱུར། །ཞེས་པ་ལྟར། ཡི་དྲགས་སུ་སྤྱེ་བའི་རྒྱུ་ནི། བསྐྱོད་བྱ་དང་ཟས་  
ནོར་ལ་འདོད་སྤེད་བསྐྱམ་ཆགས་གྱིས་སེར་སྒྲ་དང་འཇུར་གེགས་དེའི་ཆེད་དུ་  
བྱི་མར་གྲགས་གི་ཆབ་སྤྲུགས་སོགས་ཡིན་པར་གསུངས་པས། སྤར་བྱས་ལ་འགྲོད་  
པ། སྤྱིན་ཆད་སྒོམ་སེམས། ཟས་ནོར་ལ་མཆོད་སྤྱིན་ཅི་འབྱུང་དང་། ཡི་དྲགས་གྱི་  
སྤྱེ་གནས་དེར་སྤྱེ་བའི་སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་ནས་རྒྱ་སྤྱིན། །ལུས་སྤྱིན། དཀར་དམར་  
གསུར་བསྐྱོ་སོགས་སྤྱོར་དངོས་རྗེས་གསུམ་ཆོང་བས་ཉམས་སུ་བྱུང་ངོ་། །དན་སོང་  
གི་གནས་གསུམ་པ་དུད་འགྲོ་ལ་འང་བྱིང་ན་གནས་པ་དང་། །ཁ་འཐོར་བ་གཉིས་ཏེ།  
དང་པོ་ནི། གཅིག་ལ་གཅིག་ཟ་གསོད་པའི་འཇིགས་པ་ཆེ། །ཞེས། མཐའི་རྒྱ་མཆོ་  
ཆེན་པོའི་ནང་ན་ཉ་དང་། དུང་དང་། རྒྱ་སྤྱིན་དང་སྤྲུལ་པ་དང་། སྤྱིར་དང་། འཕ་  
སྤྱིན་ལ་སོགས་པ་གཟུགས་མ་དེས་པ་དུ་མ་ཆང་འགག་གི་སྤང་མ་བཞིན་ལྷིག་ལྷིག་  
ཏུ་ཡོད་ལ། སྤྲུལ་དང་རྒྱ་སྤྱིན་ཆེན་པོ་རྣམས་གྱིས་རི་རབ་ལ་དཀྱིས་མང་དུ་བྱས་ཏེ་  
རང་གི་མཚུག་མ་རང་གིས་ཟ་བ་དང་། རྒྱུང་བ་ནི་རྒྱལ་ཕྱན་ཅམ་དུ་ཡོད་ཅིང་། ཆེ་  
བས་རྒྱུང་བ་རྒྱུར་མིད་བྱས་ཏེ་ཟ་བ་དང་། རྒྱུང་བས་ཆེ་བ་རྣམས་གྱི་ལུས་ཐལ་མར་  
འཁྲིགས་ཤིང་ཟ་བ། ཆེ་བ་རེ་རེའི་ལུས་ལ་རྒྱུང་དུ་མང་པོས་ཆོང་བཅས་ནས་ཟ་བར་  
བྱེད་པ་དང་། གཅིག་ལ་མང་པོ་རུབ་སྤྲེ་ཟ་བ་དང་། སྤྱིང་བར་སྤྱན་ནག་གི་དུད་འགྲོ་  
རྣམས་གྱི་རང་གི་ཡན་ལག་བརྒྱུངས་བསྐྱུམ་ཅམ་ཡང་མི་མཐོང་བར་གཡང་ལ་འདྲིལ་  
བ་སོགས་ཤིན་ཏུ་སྤྲུག་བསྐྱལ་ཡོ། །

གཉིས་པ་ཁ་འཐོར་བཞི། བཀོལ་ཞིང་སྤྱོད་པས་ཉམས་ཐག་སྒྲུང་དོར་ཆོངས། ལ་  
 མཐའ་མེད་པའི་སྐྱུག་བསྐྱལ་གྱིས་གཟིར་བའི། ཞེས། གནས་གཞན་དང་ལྷ་མིའི་  
 གནས་ན་ཡོད་པ་རྣམས་ཀྱང་བཀོལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱལ་ཁོན་ལ་སྤྱོད་དེ། ལྷ་པར་  
 ཏུ་མིས་བདག་ཏུ་བཟུང་བའི་སྒོ་སྐྱུགས་རྣམས། འོ་མ་བཞོ་བ། ཁལ་འགལ་བ། བྱ་  
 གཅོད་པ། ལྷ་འཕྱིག་པ། ཆོས་ཆོ་བ། བྲག་འབྱེན་པ། ཞོན་ནས་འགྲོ་བ་སོགས་རང་  
 དབང་སྐད་ཅིག་ཅམ་ཡང་མེད་པ་མཐོང་ཆོས་སྤྱོད་པ་འདིའོ། ཏུ་ལྷ་མི་པལ་ཆར་  
 སྒོ་སྐྱུགས་དུད་འགོ་ལ་མ་བརྟེན་པར་ཟས་གོས་སོགས་ཀྱི་མཐུན་ཞུན་ཅི་ཡང་མེད་པ་  
 འདི་ལ་མི་སེམས་པར་མི་ནག་ཆེན་ལ་ཁྲིམས་གཏད་པ་ལྷ་སྤྱི་སྤྱོད་ཅིང་གཉི་སྐྱུག་  
 པའི་ལས་རན་དུད་འགྲོ་དྲིན་དང་ལྷན་པ་འདི་རྣམས་ལ་སྤྱིར་རྗེ་ཏིལ་ཅམ་ཡང་མེད་  
 པར་གསོན་ཆོ་ལ་ཅི་ལུབ་ཅི་རན་གྱིས་བརྟུང་བརྟེན་ཆོག་རན་སོགས་བཀོལ་སྤྱོད་ཀྱི་  
 སྐྱུག་བསྐྱལ་ཁོན་ལ་གཏད། མཐར་ཤ་ཟ་གང་ཆོག་དང་ལྷགས་པ་གྱུན་གང་ཆོག་  
 རྣམས་གཤིན་རྗེའི་སྤྱིས་སྤྱིའི་ལས་ཐབས་ལྷ་སྤྱིའི་སྤྱིག་གཅོད་པ་ཁོན་ལས་རང་དབང་  
 གིས་འཆིར་བརྟུག་པ་ནི་རེ་བྱུང་ལས་མེད། མིན་ཀྱང་གཞན་ལ་བཙོང་སྟེ་དེའི་རིན་  
 ཅུལ་བདག་གིར་བྱས་ནས་སེམས་བདེ་བདེ་ལྟར་འདུག་པ་ལས་དེའི་དྲིན་དྲན་པ་དང་  
 སྤྱིར་རྗེ་ཅམ་ཡང་མེད་པ་འདི་ཡིན། བདག་པོས་མ་བཟུང་བའི་རི་དྲགས་རྣམས་ནི་  
 གཅན་གཟན་དང་རྩོན་པས་གསོད་ཀྱིས་དོགས་ནས་རྩ་ཁམས་གཅིག་ཡང་བག་  
 མེད་ནས་ཟ་དབང་ནི་མེད། གཞན་ཁས་བྱི་དུད་བྱི་ལས་འཁུགས་ད་པས་མཆོན་  
 ཏུག་ཏུ་འཛིགས་སྐྱུག་གི་སྤྱང་བ་ཁོན་ནས་མནར་ཞིང་ཉེས་པ་སྤྱི་ཅམ་མ་ཤོར་ཡང་།  
 རང་གི་ལུས་ཀྱི་ཤ་ཆོལ་ལྷགས་པ་རྩ་ཅི་སོགས་རང་གསོད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུར་ནས།  
 ལས་རན་རྩོན་པ་རྣམས་ཀྱིས་དགྲ་ཤ་པོ་ལྷ་སྤྱིར་སེམས་གནག་ཅིང་གལ་བསྐྱུང་སྤྱད་  
 དེ་གསོད་ཐབས་སྤྱི་ཆོགས་པས་གསོད་པ་སོགས་སྐྱུག་བསྐྱལ་ཆད་ལས་འདས་པ་  
 འདིའོ། །

ས་པོན་གཉི་སྐྱུག་སྤྱན་པར་འབྱམས་པ་བདག་ ཅིས། དེར་སྤྱོད་པའི་ས་པོན་ནི་ཆོས་

ལ་མ་མོས་པ་དང་། ཚེས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་མེད་ཅིང་། ཚེས་དང་གང་ཟག་ལ་སྒྲུར་འདེབས་  
བྱས་པ་དང་། དགོ་སྤྱི་གསུང་དོར་གང་ཡང་མི་ཤེས་པ་རྩུང་ཅམ་ཤེས་རུང་གཉི་མུག་  
དབང་ཆེ་བས་སྤྱི་གསུང་ལ་སྒྲིབ་པ་རྣམས་སོ། །དེ་ལྟར་ངན་སོང་གི་གནས་གསུམ་པོ་གང་  
དུ་སྦྱེས་ཀྱང་སྤྱི་གསུང་ལ་གྱི་རྣམ་གཞུང་དོས་དུག་ལ་རྒྱུན་རིང་། སྒྲུར་ཡང་དེར་སྦྱེས་  
ན་ཕྱིས་ཐར་བར་དགའ་བས་རང་རེ་ངན་སོང་དུ་སྦྱེ་བའི་རྒྱ་ཆེ་རབས་འདི་དང་  
གཞན་དུ་བྱས་པ་གཞུང་གིས་མི་ཆོད་པ་ཡོད་པས། གོང་སྦྱོས་ལྟར་བཤགས་སྦྱོམ་  
སྟོང་ནས་བྱ། དངོས་སམ་བརྒྱུད་ནས་བྱམས་སྟོང་རྗེ་བསྟོམ་ཞིང་རང་གི་དུས་གསུམ་  
ཀྱི་དགོ་རྩ་ཐམས་ཅད་ངན་སོང་དེ་དག་དུ་སྦྱེས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆེད་དུ་བསྦྱོ་བ་དང་།  
གནས་ངན་དེ་དག་ལས་སྒྲུར་དུ་ཐར་པའི་སྟོན་ལམ་བཟང་པོ་གདབ། སྟོང་དང་དོ་  
རུས་འཕྲོད་པའི་གདམ་པ་ཉམས་སུ་ལེན། ཆོ་འདིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་བསྐྱབས་  
ཏེ། ངན་སོང་ན་གནས་པའི་སེམས་ཅན་དེ་དག་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ་བདག་གཅིག་  
ལུས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ལ་དགོང་པར་བྱ་སྒྲུམ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་དེ་དམ་ཡང་ཡང་བཅའ།  
དེ་ལྟར་ལུས་པ་ཞིག་སྤྱོད་མ་དང་དགོན་མཆོག་གིས་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས་ཤིག་སྒྲུམ་དུ་ལྟ་  
དང་སྤྱོད་པ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་ཤིང་ར་མདར་སྒྲུན་པ་ནི། སྒྲོ་སྒྲུ་= ལམ་གོ་ལ་= གཉིས་  
སྒྲུ་= ཞེས་སྟོང་ཁུང་རུས་པའི་གཉིང་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་པར་བྱའོ། །

སྤྱི་གསུང་ལ་རྒྱ་འབྲས་བཤད་པའི་རིམ་པའོ། ། ། གཉིས་པ་དགོ་བའི་རྒྱ་  
འབྲས་བཤད་པ་ནི། བསྐྱེད་བྱ་དགོ་བའི་ལས་ལམ་བརྩམ་ནི་སྦྱར་མི་དགོ་བ་བརྩམ་པོ་དེ་  
དག་གི་ཉེས་དམིགས་ཤེས་ནས་སྦྱོམ་པ་ཡང་དག་པར་ལེན་པ་ནི་ཐུན་མོང་གི་དགོ་  
བ་བརྩམ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་སེམས་དགོ་བས་ཀྱན་ནས་བསྐྱེད་པའི་སྟོན་གསུམ་ཀྱི་བྱ་བ་  
གང་བྱས་ཀྱི་འབྲས་སུ་བདེ་བ་སྦྱེད་པར་འགྱུར་བ་ནི། རིན་ཆེན་སྤེང་བ་ལས། འདོད་  
ཆགས་ཞེ་སྒྲུང་གཉི་མུག་མེད། །དེས་བསྐྱེད་ལས་ནི་དགོ་བ་ཡིན། །ཞེས་པ་ལྟར།  
འདི་ཕྱི་ཀྱན་དུ་དགོ་བའི་སྟོན་གསུམ་ཀྱི་བྱ་བ་ཡིན་པས་ལས་དང་། བདེ་འགྲོའི་རྒྱ་ཡིན་  
པས་ལམ་ཞེས་བྱའོ། །དབྱེ་ན། དེ་ཉིད་ལས། མི་གསོད་པ་དང་རྒྱ་སྦྲེངས་དང་། །



ཡོག་རྩུབ་ཕྱ་མ་རྩུབ་ཉིད་དང་། མ་འབྲེལ་སྒྲ་བ་ཡང་དག་སྟོམ། ཆགས་དང་གཞོད་  
 སེམས་མེད་པ་པས། ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་ཡོངས་སྟོང་བ། འདི་དག་ལས་ལམ་དཀར་བརྩ་  
 རྟེན། ཞེས་པ་ལྟར། རྩོག་གཙོད་པ་སྒྲངས་ཏེ་སྟོག་སྟོབ་པ་དང་། བྱད་པར་དུ་གསོད་  
 དེས་པའི་སྟོག་བསྐྱས་ན་ཕན་ཡོན་ལྷག་པར་ཆེ། དེ་ཡང་རང་གི་ཡིད་ལ་དམ་བཅའ་  
 བ་ནི་སེམས་ཅན་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུའམ། གང་ན་ནས་སྟོག་མི་གཙོད་དོ་སྟོམ་པ་  
 སྟོགས་སྒྲ་མའམ་རྟེན་དུང་དུ་ཁས་སྒྲངས་པ་ནི་འགྱུར་སྟོབས་ཆེ། རྩོག་གཙོད་གང་  
 བས་སྟོང་མི་རྩས་པའི་ལས་ངན་རྣམས་ཀྱི་རྟོར་ལྷ་དང་པོ་ཆོ་འབྱུལ་ལྷ་བ་སྟོགས་ལ་  
 ལྷ་སྟོམ་ཅམ་དང་། ཡོ་དང་ལྷ་བ་ཁ་ཤས་རེ་ཅམ་དང་། ལྷ་བ་བྱུང་དོ་ཅོག་གི་ཆོས་  
 བརྒྱད་དང་བརྩ་དང་བཙོ་ལྟ་དང་གནམ་སྟོང་སྟོགས་ལ་སྟོམ་པ་བརྟན་པོ་བརྩུང་རྩས་  
 བ། བྱོང་གི་བཤམ་པའི་གང་མ་རྒྱུད་ལྟར་འབྲས་བུ་བདེ་སྟོག་སྟོམ་མར་སྟོང་བར་  
 གསུངས་པས་སྒྲང་སྒྲང་གལ་ཆེད། ཉེ་བཞིན་དུ་མ་བྱིན་ལེན་པ་སྒྲངས་ནས་སྦྱིན་པ་  
 གཏོང་། མི་ཆངས་སྟོང་པ་སྒྲངས་ནས་རྩུལ་བྱིམས་ (བྱིམ་པས་འདོད་ཡོག་དང་དུས་བྱིམས།  
 རབ་བྱུང་བས་གང་ན་བྱིམས། མཁའ།) བསྐྱུང་བ་སྟེ་ལུས་ཀྱི་དགེ་བ་གསུམ། རྩུབ་སྒྲངས་  
 བས་བདེན་པར་སྒྲ། ཕྱ་མ་སྒྲངས་ནས་མཁོན་པ་བརྒྱུམ། ཆོག་རྩུབ་སྒྲངས་ནས་ཞི་  
 དལ་སྒྲ། དག་བརྒྱལ་སྒྲངས་ནས་བརྒྱས་བརྟེན་དང་དོན་དང་ལྡན་པའི་གང་མ་སྒྲ་བ་  
 རྟེ་དག་གི་དགེ་བ་བཞི། བརྩུབ་སེམས་སྒྲངས་ནས་ཆོག་ཤེས་པ། གཞོད་སེམས་  
 སྒྲངས་ནས་བྱམས་དང་སྟོང་རྟེ་སྟོམ་པ། ཡོག་ལྟ་སྒྲངས་ནས་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་རྒྱུད་  
 ལ་བརྟེན་པ་སྟེ་ཡིད་ཀྱི་དགེ་བ་གསུམ་དང་བརྟེད། ཉེ་ལྟར་བསོད་ནམས་ཆ་མཐུན་  
 གྱི་དགེ་བའི་འབྲས་བུ། རྩུང་རྩས་མི་དང་། འབྲིང་གིས་ལྟ་མ་ཡིན་དང་། ཆེ་བས་འདོད་  
 ཁམས་ཀྱི་ལྟར་སྟེ་ལ། དེའི་སྟེང་མི་གཡོ་བའི་ལས་ཞེས་བསམ་གང་ན་བསྟོམ་པས་  
 ཁམས་གོང་མའི་ལྟར་སྟེད། །

བྱེད་པ་རྩུབ་མཐུན་ནི་གང་དུ་སྟེས་ཀྱང་དགེ་བ་ལ་སྟོ་ཞིང་སྟོག་སེམས་རྩུང་། རྩུང་བ་  
 རྩུབ་མཐུན་ནི་སྟོག་གཙོད་དང་སེམས་ཅན་ལ་བརྩུང་བརྟེན་སྒྲངས་པས་ཆོ་རིང་བ་དང་

ནད་ཉུང་། མ་བྱིན་ལེན་པ་སྤངས་པས་ཡོངས་སྤྱོད་དང་ལྡན་ཞིང་དག་རྒྱུན་མེད།  
 འདོད་ལོག་སྤངས་པས་བྱིམ་ཐབས་མཛེས་གིང་དག་ལྷ་ཉུང་། རྒྱུན་སྤངས་པས་ཀྱུན་  
 གྱིས་བསྟོད་ཅིང་བྱམས། ལྷ་མ་སྤངས་པས་འཁོར་གཡོག་གྲུས། ཆོག་རྩལ་སྤངས་  
 པས་སྟན་པ་ཐོས། དག་འབྱུལ་སྤངས་པས་ཆོག་བཅུན། བརྒྱལ་སེམས་སྤངས་པས་  
 བསམ་དོན་འགྲུབ། གནོད་སེམས་སྤངས་པས་འཆོལ་དང་བྲལ། ལོག་ལྟ་སྤངས་  
 པས་ལྟ་བ་བཟང་པོ་རྒྱད་ལ་སྦྱོའོ། །དབང་གི་འབྲས་སུ་ནི། ཡང་རིམ་པར། ལོ་རྟོག་  
 མཐུ་ཆེ་བ། ༡ ཏུས་སུ་སྦྱིན་པ། ༢ གཞན་ཏུ་མི་འཇུག་པ། ༣ འབྲས་སུ་བསྐྱུང་བ། ༤ རོ་  
 ཞེས་པ། ༥ གཏན་ཏུ་ལོ་ལེགས་པ། ༦ འབྲུ་ཆེ་བ། ༧ ལུས་ལ་ཕན་པ། ༨ རང་གི་ཡོངས་  
 སྤྱོད་པར་འཇུག་པ་དང་། ༩ འབྲུ་མང་ཞིང་འཕེལ་སྦྱོད་ཆེ་བའོ། ། ༡༠ དང་པོ། མི་ནི་  
 སྤྱིང་བཞི་སྤྱིང་ཕུན་བརྒྱད་ན་གནས་པ་རྣམས་ཡིན་ལ། དེ་ལ་འང་རྒྱ་རྣམ་པར་དཀར་  
 པ་དང་། དཀར་ནག་འདྲེས་མ་སོགས་འཕེན་བྱེད་གྱི་ལས་དང་མཚུངས་ལྡན་ཆོལ་སོང་  
 རིགས་སུས། འབྱོར་རྒྱུད་སོགས་གོང་སྒྲོམ་ལྟར་ལས་སྒྲ་ཆོགས་གྱིས་མི་ཕལ་བ་དང་།  
 ལས་ཁྱད་པར་ཅན་གྱིས་མིའི་འབྲས་སུ་ཞེས། རྒྱ་དགེ་བ་འབྱིང་གིས་མའོན་མཐོའི་  
 ཡོན་ཏན་བདུན་ལྡན་དང་། ཆེ་བས་འཁོར་ལོས་རྒྱུར་བའི་རྒྱལ་པོར་སྦྱེ་ལ། དང་པོ་  
 བོ། སྤྱོད་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས། ཆོ་རིང་དེ་བཞིན་ནད་མེད་དང་། །གཟུགས་དང་  
 རྒྱལ་བ་དེ་བཞིན་རིགས། །རོར་དང་ཤེས་རབ་དག་དང་ལྡན། །ཡོན་ཏན་མདོ་མྱེད་ག་  
 ལས་གསུངས། །ཞེས་པས་དེ་དག་གི་ལས་དམིགས་བསལ་ནི། ཡང་དེ་ཉིད་ལས།  
 གསོད་སར་རྒྱུད་པ་ལེགས་བཏང་དང་། །དེ་བཞིན་སློག་གི་ཕན་གདགས་ཞིང་། །སློག་  
 ཆགས་འཆོལ་ལས་ལྷོག་པ། །ཆོ་རིང་པ་ནི་ཐོབ་པར་འཇུག། ༡ རྟན་པ་བསྟེན་བཀྲུ་  
 བས་སྦྱོན་པ། །སྦྱོན་ནི་རབ་ཏུ་སྦྱིན་པ་དང་། །སློག་ཆགས་པོང་བ་དབྱུག་སོགས་གྱིས།  
 མི་འཆོལ་སར་ན་ནད་མེད་ཉིད། ༡ །སློབ་མེད་ལ་བརྟེན་པ་དག །བརྒྱ་བྱིན་པས་ནི་  
 གཟུགས་བཟང་ཉིད། ༢ །ཕྲག་དོག་མེད་པའི་འབྲས་སུ་ནི། །རྒྱལ་བ་བཟང་པོ་ཡོངས་  
 སུ་བཤད། ༣ །དམ་པ་མཚོན་ཅིང་བསྟེན་བཀྲུ་བྱས། །ང་རྒྱལ་སྤངས་པས་རིགས་



མཐོར་འབྱུང་། རྩོམ་བྱེད་རྒྱ་བ་ལས་ཐོག་པས། ལོངས་སྤྱོད་ཕུན་སུམ་ཚོགས་ཐོབ་  
འབྱུང་། ཤེད་གཏོང་སྤྲིག་པ་གང་ཡིན་ཞེས། ཡང་དག་འདི་ལ་བརྩམས་པ་དང་། ཆོས་  
ཀྱི་བརྟན་ཆོས་སྤྱོད་པ་ཡིས། རྩོམ་གྱི་ཆེན་ཐོབ་པར་འབྱུང་། ཞེས་དང་། ཡང་།  
སྤྱོད་པས་ལོངས་སྤྱོད་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱིས་འཁོར། བཟོད་པས་གཟུགས། བརྩམ་  
འབྱུང་གིས་ཆོས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་སྟེ། ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་བཞི་ལྟ་ཞེས་གྲགས་སོ། །  
གཉིས་པ། འཁོར་ལོས་སྦྱར་བ་ནི། མཚན་ཉིད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་འཁོར་སྦྱར་ནི་  
ཆོ་ལོ་དཔག་མེད་ནས་བརྒྱུད་ཁྱིམ་པར་དུ་བྱུང་ལ། སྤྲོམ་གྱིས་འཁོར་ལོས་སྦྱར་བ་  
ནི་ཆོ་ལོ་བརྒྱ་བ་མན་ཆད་ལ་ཡང་འབྱུང་བར་གསུངས་ལ། དེའི་རྒྱ་དག་བརྩམས་ཆེར་  
སྤྱད་ཅིང་། ཁྱད་པར་དུ་དེ་བཞིན་གསུམ་པའི་མཚན་རྟེན་བཞེངས་པ་དང་། བུམས་  
པ་བསྟོམ་པ་དང་། གནོད་སེམས་སྤངས་པ་སོགས་ཀྱི་འབྲས་བུའོ། སྤྱིར་མིའི་སྤྱི་  
གནས་སུ་སྤྱི་རྒྱ་ན་འཆིའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་པོ་བཞི་དང་། འབྱོར་རྒྱ་དང་འབྱེད་འབྱེད་  
འདོད་པ་ཐོག་རྒྱ་མི་ཁེལ་བ་དང་། མི་འདོད་པ་ཐོག་རྒྱ་འབབས་པ། དག་སྤང་བ་དང་  
འཕྲད་དོགས། གཉེན་བུམས་པ་དང་བུལ་དོགས་སོགས་སྤྱུག་བསྐྱེད་གྱི་རང་བཞིན་  
ལས་མ་འདས་པ་ནི་མཐོང་ཆོས་སོ། །

གཉིས་པ་ལྷ་མིན་ནི། གནས་རི་རབ་གྱི་རྒྱ་མཚམས་མན་ཆད་གྱི་ཁོང་སེང་ན་རིམ་  
པར་ལྷ་མ་ཡིན་གྱི་དབང་པོ་སྦྱ་གཅན་འཛིན་དང་། རབ་རྒྱོད་དང་། མགུལ་ཐེང་།  
གསེར་གྱི་ས་གཞིའི་སྟེང་ན་ཐག་བཟངས་རིས་ཀྱི་གནས་ཡོད་ལ། ལོངས་སྤྱོད་ནི་སུམ་  
རྩ་རྩ་གསུམ་གྱི་ལྷ་ལ་འབྲན་རྩས་པ་ཡོད། དེར་སྤྱོད་པའི་རྒྱ་སྤྲུག་དོག་གིས་ཀྱན་ནས་  
བསྤངས་པ་གོང་སྟོན་ལྷར་ཐག་བཅས་གྱི་དགེ་བའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པས། བྱེད་སྤྱོད་  
གི་རྒྱ་མཐུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་སྤྲུག་དོག་སྟེ་རྩ་རྩ་འཐབ་ཅིང་རྩོད་པ་དང་གསུལ་  
འབྱེད་པས་སུམ་རྩ་རྩ་གསུམ་པའི་ལྷ་དང་འཐབ་པའི་ཆོ་གསུལ་ཉེས་པ་སོགས་སྤྲུག་  
བསྐྱེད་ལོ། གསུམ་པ་ལྷའི་འགྲོ་བ་ལ་འདོད་ཁམས་ཀྱི་ལྷ་དུག་ནི་རིམ་པར། རྒྱལ་  
ཆེན་རིས་བཞི་ནི་རི་རབ་གྱི་བང་རིམ་བཞི་དང་། རི་བདུན་དང་། བམ་མཁའ་ལ་ཉི་



ཐུག་པའ་སྐར་རྣམས་དང་། ཁོར་ལུག་གིས་སྒྲིན་ཅན་དང་། གཞན་ཡང་འཛམ་གླིང་  
 གླིང་དག་ན་གནས་སོ། རི་རབ་ཀྱི་སྒྲིང་ན་སུམ་རྩ་ཅ་གསུམ་པ་སྟེ། དབུས་སུ་ལྟ་  
 དབང་བརྒྱ་བྱིན་གྱི་ཕོ་བྲང་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཁང་བཟང་གི་མཐའ་བསྐྱར་དུ་ཉེ་དབང་  
 སུམ་རྩ་ཅ་གཉིས་ཀྱི་ཁང་བས་བསྐྱར་ནས་ཡོད་པ་ལ་གྲོང་ཁྱེར་ལྟ་ན་སྤྲུག་ཅིས་སྟོབས་  
 འབྱོར་དང་ལོངས་སྟོན་མཛོན་པར་མཐོ་བ་རབ་དུ་རྒྱས་པ་ཡོད་དོ། རི་རབ་ཀྱི་ཟུར་  
 ཅོག་བཞི་ལ་གཙོན་སྒྲིན་ལག་ན་དོ་རྩེ་གོས་སྒྲིན་ཅན་གྱི་གནས་ཡོད། དེའི་སྒྲིང་ན་  
 གྲོང་དང་དགོན་པའི་ཚུལ་གྱིས་ནམ་མཁའ་ལ་ཡས་རིམ་དུ། ལྟ་མིན་དང་འཐབ་པ་  
 མེད་པས་འཐབ་བྲལ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་སྟེ་བ་གཅིག་གིས་ཐོགས་པ་ག་  
 སྟག་པ་རྣམས་བཞུགས་ཤིང་ཐོག་ཆེན་གྱི་ཆོས་ཀྱིས་དགའ་བས་དགའ་ལྡན་དང་།  
 རང་གི་སྦྱལ་པ་ལ་ལོངས་སྟོན་པས་འཕྲུལ་དགའ་དང་། གཞན་གྱི་སྦྱལ་པ་ལ་སྒྲུབ་  
 མོང་དུ་ལོངས་སྟུང་པས་གཞན་འཕྲུལ་དབང་བྱེད་དེ། འདོད་ལྟ་རིགས་དུག་པོ་ལལ་  
 ཆེར་ལྟ་འཆི་འཕོ་ལྟ་བའི་སྤྲུག་བསྐལ་གྱི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་པས་དཔེར་ན། སུམ་  
 རྩ་ཅ་གསུམ་པ་ལ་མཚོན་ན་མི་ལོ་བདུན་བརྒྱའི་བར་དུ་ཉ་བྱེ་ཆོན་ལ་ཐོག་པ་ལྟ་བུའི་  
 སྤྲུག་བསྐལ་ཕྱོད་ནས་སྤྲར་རན་འབྱོར་ལྟ་བུར་བར་གསུངས། དེའི་སྒྲིང་ནས་རིམ་པར་  
 ཁམས་གོང་མའི་ལྟ་གཟུགས་ཁམས་གནས་རིས་བརྩུ་བདུན་ཞེས་བསམ་གཏན་དང་  
 པོ་ལ་ཆངས་རིས་དང་། ཆངས་པ་འདུན་ན་འདོན་དང་། ཆངས་ཆེན་དང་གསུམ།  
 བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ལ་འོད་རླང་དང་། ཆད་མེད་འོད་དང་། འོད་གསལ་གྱི་ལྟ་  
 དང་གསུམ། བསམ་གཏན་གསུམ་པ་ལ་དགེ་རླང་དང་། ཆད་མེད་དགེ་དང་། དགེ་  
 རྒྱས་དང་གསུམ། བསམ་གཏན་བཞི་པ་ལ་སྒྲིན་མེད་འོད་དང་། བསོད་ནམས་སྟེས་  
 དང་། འབྲས་བུ་ཆེ་བ་དང་གསུམ་སྟེ་བརྩུ་གཉིས་པོ་ནི་སོ་སོའི་སྟེ་བོའི་ས་ཡིན་ལ།  
 འབྲས་བུ་ཆེ་བའི་གནས་དང་གྲོང་ལས་དགོན་པའི་ཚུལ་དུ་ལྟ་ཆོ་རིང་བོའམ་འདུ་ཤེས་  
 མེད་པའི་གནས་ཡོད། དེར་ནི་སྤྲར་འདུ་ཤེས་མེད་པའི་སེམས་ཐོབ་པའི་འབྲས་བུའི་  
 གནས་དེར་སྟེས་པས་ཐར་བར་སྟོན་ནས་བསྐལ་ཆེན་ཁྱི་དུག་སྟོང་ལ་སེམས་སེམས་





བྱུང་འགགས་ཏེ་གནས་ཀྱང་སྤྱར་འདུ་ཤེས་སྒྲིམ་ནས་ཐར་པ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་རེད་སྒྲམས་  
པའི་ལོག་ལྟ་སྒྲིམ་ཏེ་ངན་སོང་དུ་ལྷུང་བར་གསུངས་སོ། །

འཕགས་པའི་གནས་གཙང་མ་རིས་ཀྱི་ལྟ་ལྟ་ནི། མི་ཆེ་བ། མི་གདུང་བ། གྲོ་མོ་མས་  
སྤང་བ། ཤིན་ཏུ་མཐོང་བ། འོག་མིན་གྱི་ལྟ་ལོ། །གཟུགས་མེད་སྒྲིམ་ཆེད་སྤྱུ་བཞི་ནི།  
ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སྒྲིམ་ཆེད། རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་སྒྲིམ་ཆེད། ཅི་ཡང་མེད་  
པའི་སྒྲིམ་ཆེད། ཡོད་མིན་མེད་མིན་གྱི་སྒྲིམ་ཆེད་དེ་སྤྱིད་པའི་ཕྱེ་མོ་ལོ། །དེ་ལྟར་བསོད་  
ནམས་ཆ་མཐུན་གྱི་དགོ་ཅུ་ཞེས་འབྲས་བུ་འཁོར་བའི་གནས་ཡིན་པས་རང་རང་གི་  
དབང་པོ་དང་སྐལ་ལ་བར་འཆོམས་པའི་སྒྲོ་ནས་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་གྱིས་གཏན་  
ལ་པ་བས་ཏེ་འཁོར་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལས་ཐར་བའི་ཐབས་ལ་འབད་དགོས་ཏེ། ས་  
སྤྱིང་འཁོར་ལོ་བཅུ་པའི་མདོ་ལས། དགོ་བ་དང་ནི་སྤྲུག་པའི་ཆོས། མ་ཐོས་བར་དུ་  
ཤེས་མི་འགྱུར། །དེ་བཞིན་དགོ་དང་སྤྲུག་པའི་ཆོས། ཐོས་ནས་རྣམ་པར་ཤེས་པར་  
བྱ། །ཞེས་པ་ལྟར། ཐོས་བསམ་ཁ་ནང་དུ་བསྒྲེར་ནས་རང་རྒྱུད་ལ་སྤྱར་ཏེ་འཁོར་འདས་  
གྱི་དགོ་ཅུ་སོ་སོར་ཤེས་པར་བྱ་དགོས། ཐར་པ་དམ་པའི་རྒྱ་ཆད་མེད་བཞི། ཡར་  
ཕྱིན་དུག །བསམ་གཏན་བཞི། གཟུགས་མེད་བཞི། ཞི་ལྷག་གཉིས་ལ་སོགས་པ་  
ཐམས་ཅད་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཁོ་ན་བསྐྱེད་འདོད་གྱི་ངེས་འབྱུང་། སྤྱིང་རྗེ། དད་  
པ་གསུམ་གྱིས་ཀྱན་ནས་བསྐྱར་བའི་དགོ་པའི་འབྲས་བུ་ཐར་པ་ཞེས་འཁོར་བའི་སྤྲུག་  
བསྐྱེད་ལས་ཐར་ཏེ་ཉན་རང་བྱང་སེམས་གསུམ་གང་རུང་གི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་  
འགྱུར་ལ། སྒྲོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་བེ་རོ་ཅ་ནས། ཆོག་གི་ཅུ་བ་མ་བཅད་དོན་གྱི་ཅུ་བ་ཆོད་།  
ཆོག་གི་ཅུ་བ་བཅད་ན་ནམ་མཁའི་མཐའ་དང་འདྲ། །དོན་གྱི་ཅུ་བ་བཅད་ན་ཆོག་མཐའ་  
དེ་རུ་རྫོགས། །ཞེས་པ་ལྟར། དོན་གཅད་དུ་དྲིལ་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་བྱ་ནི། རྒྱ་  
བསོད་ནམས་དགོ་པའི་སྒྲོ་གསུམ་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་བྱ་བའི་རྒྱུན་སྒྲོ་ལྟོག་  
རྣམ་པ་བཞིས་རང་རྒྱུད་ལས་སུ་རུང་བར་བྱས་ཏེ། ལམ་ཐམས་ཅད་གྱི་མིང་རྫོགས་  
སུ་འགོ་བཙས་བཟུང་། ལམ་གྱི་དངོས་གཞི་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་རེ་རེ་ནས་ཡན་ཡོན་

བཤད་པ་ལྟར་བསགས་སྒྲུངས་ནམས་འཆད་འགྱུར་བཞིན་ཤེས་རབ་ཆེན་པོའི་ཕྱིས་  
 ཟེན་པའི་སྒོ་ནས་སྒྱུར་དངོས་རྗེས་གསུམ་ཆང་བས་སྒྲུ་མའི་མན་དག་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་  
 ཉམས་སྒྲུ་སྒྲངས་ན་འབྲས་བྱ་ཆེ་འདིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་འགྱུར་བ་  
 བྱེ་མན་དག་གི་གཞུང་ནམས་དང་། རྩོན་ཕྱོན་གྲུབ་དབང་ནམས་ཀྱི་ནམ་ཐར་ཆད་  
 མས་ཀྱང་གྲུབ་མོད། དེ་ཡང་ཆོས་དང་སྒྲུ་མ་ཡ་བྲལ་དུ་མ་སོང་པའི་སྒོ་ནས་ཉམས་  
 སྒྲུ་ལེན་དགོས། དཔལ་ས་ར་ཏས། དོན་དམ་ལྟན་ཅིག་སྒྲིམ་པའི་ཡེ་ཤེས་ནི། ཆོག་ས་  
 བསགས་སྒྲིབ་པ་དག་པའི་ལག་རྗེས་དང་། ཆོག་ས་ལྟན་སྒྲུ་མའི་བྱིན་རྒྱལ་ཁོ་ན་  
 ལས། ཤེས་པ་གཞན་བསྟེན་པ་སྒྲོངས་པར་ཤེས་པར་བྱ། ཞེས་སོ། དེ་བཞིན་དུ།  
 བལ་པོ་ཆེའི་མདོ་ལས། དཔེར་ན་ཡུལ་པ་སོ་ནམ་མཁན་གྱི་མིས། རང་གི་ཞིང་བསྐྱར་  
 གཞན་ལ་ལེགས་བསྐྱབ་ཀྱི། རྩོན་ཐོག་སྒྲིབ་དུས་རང་ལ་མེད་པ་བཞིན། ཤེས་  
 བས་མ་བསྒྲོམས་ཆོས་ཀྱང་དེ་དང་མཚུངས། ཞེས་པ་ལྟར། རྩོན་འགྲོའི་ཆོས་འདི་  
 ལས་མང་མི་དགོས་ཉུང་ན་མི་འབྱུང་པའི་ལམ་ཁ་ཆང་ཡིན་པས་བཤད་ཡམ་དང་ཐོས་  
 ལོ་ཅམ་དུ་མི་བཞག་པར་རང་རྒྱུད་ཆོས་དང་འདྲེས་དེས་ཀྱི་སྒྲུ་མ་དམ་པའི་གདམས་  
 དག་སྒྲུ་ཐག་ཆོད་པར་བྱའོ། །དགེ་པའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རིམ་པའོ། །གསུམ་པ་བསྐྱར་བརྟུང་  
 ཀྱི་ཚུལ་དུ་ཐམས་ཅད་ལས་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་བསྟན་པ་ནི། དེ་ལྟར་སྤྱིད་པའི་ཕྱི་མོ་  
 བས་དཔུལ་བ་ཡན་ཆད་ཀྱི་བདེ་སྤྱད་གི་སྤྱང་བ་ཐམས་ཅད་ལས་འབའ་ཞིག་ལས་  
 བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། མདོ་རྗེ་ལས་བརྒྱུ་པ་ལས། ལས་ནམས་ཀྱང་ནི་སྤྱ་ཆོག་ས་ལས། །  
 དེ་ཡིས་འགྲོ་འདི་སྤྱ་ཆོག་ས་བྱས། ཞེས་སོ། དེ་བཞིན་དུ་ལས་དག་སྤྱིག་གང་ལ་  
 སྤྱིད་ཞེན་ཆགས་པའི་དབང་གིས་འཁོར་བ་མཐའ་མེད་དུ་འབྱུངས་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་  
 ཆེན་པོ་ལ་པ་ལས། སྤྱིད་སྤྱིད་མ་རིག་དབང་གིས་འགྲོ་བ་ནམས། ལྟ་དང་མི་དང་རན་  
 སོང་གནས་གསུམ་པོ། འགྲོ་བ་ལྟ་ཡི་གནས་སྒྲུ་མི་མཁས་འཁོར། །དཔེར་ན་རྩ་  
 མཁན་འཕང་ལོ་འཁོར་བ་བཞིན། ཞེས་པ་ལྟར། རན་སོང་གསུམ་དང་མཐོ་རིས་མི།  
 ལྟ་ལྟ་མིན་གཉིས་གཅིག་དུ་བསྒྲུམ་པའི་འགྲོ་བ་ལྟ་པོ་འདི་རྩ་རྩ་མཁན་གྱི་འཕང་ལོ་



ལྷ་བུའམ། ལུས་ནང་དུ་བྱུང་བ་བཙུན་པ་ལྷར་ཐར་བའི་དུས་མེད་པར་ཡང་ཡང་བདེ་  
 ལྷག་རེས་མོས་འཁོར་ཁྲིད་འགྲོ་བས་ན་འཁོར་བའམ་འགྲོ་བ་ཞེས་བྱ་ལ། བསྟན་  
 བཅོས་བྱན་པ་ཉེར་བཞག་ལས། གཙང་མའི་གནས་རྣམས་མ་གཏོགས་པ། ལྷ་ཚོགས་  
 ལས་ཀྱི་ཆ་ནས་སྟ། ཁྲིམ་པ་གང་དུའང་མི་ལྟོང་བ། ཁེམས་ཅན་གང་ཡང་ཡོད་མ་  
 ཡིན། ཡང་དང་ཡང་དུ་དཔྱལ་བ་ནས། ཟངས་ལྷན་བསྐོལ་མ་གང་འབྱུངས་པ། ལྷ་  
 རྒྱ་མཚོའི་ནང་གི་རྒྱ་ལ་ཡང་། ཉེ་ཡི་ཚད་ཀྱང་ཡོད་མ་ཡིན། རྩི་དང་ཕག་ཏུ་གྱུར་བ་  
 བ། མི་གཙང་བ་ནི་གང་ཟོས་པ། ཉེ་ཡི་རྒྱལ་པོ་ལྷན་པོ་ཡི། ཚད་ལས་ཤིག་ཏུ་  
 ལྷག་པར་འགྱུར། མཛེའ་བཤེས་རབ་ཏུ་བྱལ་བ་ཡི། འཁོར་མི་དེ་ལྷར་གང་དུས་  
 བ། མིག་གི་མཆི་མའི་ཐིགས་པ་ཡི། རྩོད་དུ་རྒྱ་མཚོའང་བྱང་མ་ཡིན། ལན་རྒྱུན་  
 དག་ཏུ་ཚོད་པའི་ཕྱིར། མགོ་བོ་བཅད་པ་གང་ཡིན་པ། སྤྱངས་ན་དེ་ལྷར་མཐོ་བའི། རྒྱ་  
 ཚངས་པའི་འཛིག་རྟེན་ལས་ཀྱང་ཐལ། ཞེས་པ་ལྷར། གོང་སྤོས་བཞེན་ཟག་བཅས་  
 ཀྱི་ལས་ཀྱིས་འཕར་བའི་ཁམས་གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྟུག་  
 བསྟུལ། འགྱུར་བའི་སྟུག་བསྟུལ། སྟུག་བསྟུལ་གྱི་སྟུག་བསྟུལ་གསུམ་གྱི་རང་བཞིན།  
 མེ་འོབས་དང་། གཙན་གཟན་དང་དུག་སྒྲུལ་གྱི་ཚད་སྟོང་མ། གཤེད་མ་རལ་གྱི་  
 ཐོགས་པ་བྱུང་ན་འདུག་པ་ལྷ་བུ་མ་བྱུང་བར་སྟོ་སྟུང་། དེས་འབྱུང་གཏིང་རྟུགས་པ་  
 ཞིག་རྒྱད་ལ་མ་སྟེམ་ན་ཆོས་གང་བསྐྱབ་གནད་དུ་མི་འགྲོ། ཐོས་བསམ་ཅི་ཅམ་བྱས་  
 རུང་། སྒྲ་མ་མིག་དྲེད། གདམས་ངག་ན་དྲེད། ཁྱོང་པོ་སྦྱུམ་དྲེད། དམ་ཉམས་ཆོས་  
 དྲེད་ཀྱི་རྒྱ་ལས་གྲོལ་བའི་དུས་མེད་པས་དགེ་སྦྱིག་གི་རྒྱ་འབྱས་སྤྱོད་ཁྲིད་བཞག་ཤེས་  
 པར་བྱ་ལ་སྤངས་སྤང་གི་གནས་མིག་ནང་དུ་རྒྱལ་ལ་བཙེའ་བ་ལྷ་བུ་ཞིག་མ་བྱུང་ན་  
 ཆོས་པའི་མིང་ཐོགས་ཀྱང་དེ་ཅམ་མོ། །

དེ་ལྷར་མཐོ་རིས་ལྷ་མི་གཉིས་ཀྱི་གནས་སྟེམ་ཀྱང་གལ་ཏེ་དགེ་བའི་ལྷག་མ་འགའ་  
 མེད་པ་རྣམས་བསོད་ནམས་ཀྱི་འཕེན་པ་ཟད་ནས་ངན་འགྱོར་སྟེ་བའི། ལས་བརྒྱ་  
 པ་ལས། ལུས་ཅན་དག་གི་ལས་རྣམས་ནི། བསྐྱལ་པ་བརྒྱར་ཡང་རྒྱུད་མི་ཟ། ཚོགས་

གིང་དུས་ལ་བབ་པ་ན། །འབྲས་བུ་སྒྲིན་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །ཞེས་པ་ལྟར། དཔེར་ན་  
བྱ་ནམ་མཁའ་འཕྱར་བ་དབྱིངས་མཐོ་སར་སྒྲིན་ཆོ་བྱ་དེའི་གྲིབ་མ་མི་མངོན་ཀྱང་།  
གྲིབ་མ་མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་མཐར་ས་ལ་བབ་ཆོ་གྲིབ་མ་དངོས་སུ་ཡོད་པ་ལྟར་དགོ་  
སྒྲིག་གི་འབྲས་བུ་འདིའོ་ཞེས་འཕྲལ་འཕྲལ་དུ་མི་མངོན་ཀྱང་། མཐར་ཕྱིན་ཀྱང་སྤོང་  
དགོས། རང་རེ་རྒྱམས་ལྟ་ཅི་བདག་ཅག་གི་སྒྲིན་པས་ཀྱང་རྒྱ་འབྲས་བུ་དེན་པ་བསྐྱེད་  
མེད་བདག་གིར་མཛད་ཚུལ་ཤུགས་ཤིང་དུ་མཉམ་ཡོད་གྱི་རྒྱལ་པོ་འཕགས་སྒྲིས་པོའི་  
དམག་འོང་དུས་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་སོགས་དང་། རྒྱ་འཕྲལ་ཅན་གྱི་མཆོག་མོ་འཕགས་པ་  
བུ་མུ་སྒྲིགས་པས་བརྒྱུད་པའི་གཏམ་རྒྱུད་དང་། འཕགས་པ་སྐྱེས་ཀྱི་མགུལ་ཅ་  
འཇག་མས་བསྐྱེད་སྒྲི་བཞོང་པའི་ལོ་རྒྱུས་སོགས་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ནི་ནམ་ཡང་  
རྒྱུད་མི་ཟ་བས་དགོ་སྒྲིག་གི་ལས་རྒྱུད་དུ་ལའང་བརྟན་པ་མི་བྱ་བར་སྤངས་སྤངས་བྱ་  
དགོས། མདོ་མཛད་ས་སྤྱོད་ལས། སྒྲིག་པ་རྒྱུད་དུ་དག་ལ་ཡང་། མི་གཞོད་སྒྲིམ་དུ་  
བརྟན་མི་བྱ། མི་སྒྲིག་རྒྱུད་དུ་དག་གིས་ཀྱང་། རྩ་སྤང་རི་ཅོམ་སྒྲིག་པར་བྱེད། དགོ་  
བ་རྒྱུད་དུ་དག་ལ་ཡང་། མི་པན་སྒྲིམ་དུ་བརྟན་མི་བྱ། རྩ་ཡི་ཐིགས་པ་བསོགས་པ་  
ཡིས། རྒྱོད་ཆེན་རིམ་གྱིས་འགོངས་པར་འགྱུར། ཞེས་པ་ལྟར། རྒྱོན་དག་སྤོང་ཞིག་  
འདུལ་བའི་ཉེས་བྱས་སྤྱོད་ཅོམ་ལ་འགལ་བའི་རྒྱམ་སྒྲིན་གྱིས་སྤྱོད་ལའི་འདབ་དུ་  
སྒྲིས་པའི་ལོ་རྒྱུས་བཞིན་ནོ། དེ་བཞིན་དུ་དགོ་བ་ཡང་རྒྱོན་མི་ཞིག་གིས་སྤྱོད་མ་  
སྤྱར་གང་སངས་རྒྱུས་ལ་མཆོད་པའི་འབྲས་བུ་མི་དབང་རྒྱལ་པོ་ར་ལས་རྒྱས་སྤྱོད་ཅུ་  
ཅ་གསུམ་གྱི་ལྟ་གནས་མན་ཆད་ལ་དབང་བསྐྱུར་བའི་ལོ་རྒྱུས་བཞིན་དགོ་སྒྲིག་གི་  
ལས་གང་བྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱན་སྤོང་གི་ཁྱད་པར་གཙོ་ཆེ། དཔེར་ན་གིང་སྤོང་པོ་ཞིག་  
གི་ཅ་བ་སྤྱོད་ཡིན་ན་དེའི་འབྲས་བུ་ཡང་སྤྱོད་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཅ་བ་དུག་ཡིན་ན་  
འབྲས་བུ་ཡང་དུག་ཡིན་པ་ལྟར། ཀྱན་སྤོང་ཆགས་སྤང་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་དགོ་  
བ་ལྟར་སྤྱང་བ་ཞིག་བྱས་ཀྱང་དོན་མི་དགོ་བར་འགྱུར་ལ། ཀྱན་སྤོང་རྒྱམ་པར་དག་  
པས་མི་དགོ་བ་ལྟར་བྱས་རུང་དོན་དགོ་བར་འགྱུར་བའང་ཡོད་དེ། ཡོན་ཏན་མཛོད་



ལས། ཕ་བ་སྐྱེན་དུ་མཆིས་ན་སྤྱུ་གུ་འད་སྐྱེན། ཕ་བ་དུག་ཡིན་སྤྱུ་གུ་སྒྲོས་ཅི་དགོས། །  
 བསམ་པ་དག་དང་མི་དགའི་བྱེ་བྲག་ལས། །དག་སྤྱིག་གཟུགས་བརྟན་ཆེ་ཆུང་རྗེས་  
 མི་འགྲོ། །ཞེས་པ་ལྟར། རང་འདོད་གྱི་ཞེན་འཁྲིས་ཕ་བ་ནས་མེད་དུས་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་ལུས་དག་གི་མི་དག་བ་བདུན་པོ་དངོས་སུ་གནང་བའི་སྐབས་  
 ཡོད་དེ། དཔེར་ན་དེད་དཔོན་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོས་མི་ནག་མཉུང་ཐུང་ཅན་བསད་པ་དང་།  
 བམ་ཟེ་བྱེད་སྐར་མའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་སྤྱིག་གཅོད་པ་དང་མི་ཚངས་སྟོད་པ་ཡང་དེ་ལྟ་  
 གུ་ལ་གནང་བ་ཡིན་གྱི། ཆགས་སྤང་རང་རྒྱུད་པ་ནི་ནམ་ཡང་གནང་བ་མེད་དོ། །མ་  
 བྱིན་ལེན་པ་ཡང་སྤྱུགས་པོ་སེར་སྤྱ་ཅན་གྱི་ལོངས་སྟོད་ཐབས་ཀྱིས་བྱངས་ཏེ་དགོན་  
 མཆོག་ལ་མཆོད་པ་དང་། རན་སྟོང་ལ་སྤྱིན་པ་གཏོང་བ་སོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་གནང་ལ།  
 དེའི་འགྲེས་རྒྱུན་སྤྱི་བ་ཡང་སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱིག་སྟོབ་བྱིར་དང་། སྤྱ་མ་དགོན་མཆོག་  
 གི་དགོར་སོགས་བསྐྱང་བའི་ཆེད་དུ་གནང་ལ། སྤྱ་མ་ནི་དག་བ་བྱེད་པ་ཞིག་དང་སྤྱིག་  
 པ་ལ་དགའ་བའི་མི་གཉིས་གྲོགས་མཐུན་པོ་ཡོད་ན། སྤྱིག་སེམས་ཅན་གྱི་སྟོན་དེས་  
 གཅིག་ཤོས་ལོག་ལམ་དུ་བསྐྱར་གྱིས་དོགས་ནས་དེ་གཉིས་དབྱེན་བྱེད་པ་ལྟ་བུའི་ཆེད་  
 དུ་གནང་བ་དང་། ཆོག་རྒྱུབ་ནི་འཇམ་པོས་མི་འདུལ་བའི་རིགས་བཅུན་ཐབས་སུ་  
 ཆོས་ལ་གཟུང་བ་དང་། གཞན་ཡང་གདམས་དག་གིས་རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་སྐབས་  
 སྟོན་ཡོན་དབྱེ་བསལ་གྱི་ཐབས་སུ་མཚང་ལ་ཁྲོལ་བ་སོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་གནང་བ་དང་།  
 དག་བཀྲལ་ནི་གཏམ་ལ་དགའ་བའི་མི་ཁ་ཅིག་ཐབས་ཀྱིས་བྱིད་དེ་ཆོས་སྟོར་གཞུག་  
 པའི་ཆེད་དུ་འཇམ་པོ་འདྲེ་བྱེད་པ། འཇམ་པོ་འདྲེ་བྱེད་པོ་སེམས་སྤྱིག་བསྐྱེད་  
 ཀྱིས་ནོན་པ་སོགས་ལ་གནང་སྟེ་གཞན་དུ་ནི་མ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་དཀར་  
 པ། རྣམ་པར་གནག་པ། དཀར་ནག་འབྲེས་མ། བྱས་ཤིང་བསགས་པ། མ་བྱས་ཤིང་  
 བསགས་པ། བྱས་བསགས་གཉིས་ཀ་སོགས་ཞིབ་ཏུ་ཤེས་པར་བྱས་ལ་སྤང་བྱང་བྱ།  
 ཡོད་ཀྱི་ཉེས་པ་གསུམ་པོ་ནི་ཀུན་སྟོང་དག་བར་བསྐྱར་དུ་མེད་ཅིང་རྣམ་རྟོག་དན་པ་  
 གཅིག་སྟེ་ཕྱིན་ཆད་མི་དག་བར་འགྱུར་བས་ནམ་ཡང་གནང་བའི་སྐབས་མེད་དོ། །

དེ་ལྟར་ལས་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བའི་བྱེད་པོ་ནི་སེམས་ཁོར་ཡོན་པས་རྟག་ཏུ་རང་  
 སེམས་བརྟགས་ཏེ་དགེ་བ་གང་བསྐྱབ་ཀྱན་སྦྱང་བར་པར་འདུག་ན་བཟང་པོར་བསྐྱར།  
 མི་བདུབ་ན་དགེ་བ་དེ་བཤོལ་ན་དགེལ། སོ་སོའི་སྐྱེ་བོའི་ས་ན་ཀྱན་རྟོག་བར་བ་རྒྱུད་  
 ལ་མི་སྐྱེ་བ་མི་འོང་བས་རྒྱན་དུ་དྲན་ཤེས་བག་ཡོད་དང་ལྟན་པ་གལ་ཆེ། གོང་སྦྱོས་  
 ལྟར་རང་གིས་ཆོ་འདིར་སྤྲིག་ཆེན་པོ་བསགས་པ་མེད་ན་འང་ཆོ་རབས་ནས་ཕྱོད་འགྱུར་  
 གྱི་ལས་བསགས་པ་གངས་གྱིས་མི་ཆོད། ད་ལྟ་དགེ་བ་འབའ་ཞིག་བྱེད་པ་དང་། སྟོང་  
 ཉིད་བསྒྲོམ་པ་ནམས་ལ་བྱི་མར་ཕྱོད་འགྱུར་གྱི་ལས་བག་ཉལ་དུ་ཡོད་པ་ནམས་གཉེན་  
 པོས་མངོན་དུ་སྦྱང་ནས་ཆོ་འདིར་སྤྲིག་བསྐྱེད་པ་འའ་ཡོད་དེ། དོན་རྒྱུ་གཙོད་པ་ལས།  
 ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ལ་སྦྱོད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་མཛར་ཞིང་རབ་  
 ཏུ་མཛར་བར་འགྱུར་ཏེ། དེ་མ་འོངས་པ་ན་ཕྱོད་འགྱུར་གྱི་ལས་ཆོ་འདིར་སྤྲིན་པའོ།  
 ཞེས་དང་། དེ་བཞིན་དུ་སྤྲིག་པ་འབའ་ཞིག་བྱེད་པ་ལའང་དགེ་བའི་ལས་གྱིས་བདེ་  
 བཕྱོད་འགྱུར་ཕྱ་མོ་ཡོད་པ་འབྲལ་དུ་སྤྲིན་ནས་ཟད་པ་ཡང་ཡོད་ལ། རྒྱལ་ཆ་བ་  
 བཞུར་ཡའི་བསོད་ནམས་ཟད་ཁར་དང་པོ་ཞག་བདུན་རིན་པོ་ཆའི་ཆར་བབས་པ་  
 དང་། རིམ་བཞིན་གོས་དང་འབྱུའི་ཆར་བབས། མཐར་མའི་ཆར་བབས་ཏེ་ཐམས་  
 ཅད་ས་འོག་དུ་ཐོན་ནས་ཤི་སྟེ་དཔལ་བར་སྐྱེས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་རོ། །དགེ་བ་ཅན་  
 ལ་ལྟར་སྤངས་སྤྲུག་བསྐྱེད་འབྱུང་བ་དང་། སྤྲིག་པ་ཅན་ལྟར་སྤངས་སྦྱིད་པོར་འདུག་པ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྟོན་ལས་གྱི་འཕྲོ་ཡིན། ད་ལྟ་རང་གི་དགེ་སྤྲིག་གང་བྱས་བྱི་མའམ།  
 བྱི་མའི་བྱི་མ་ལ་སྤྲིན་པར་ངས་པས། གོང་སྦྱོས་ལྟར་དུས་རྟག་ཏུ་རྒྱ་འབྲས་གྱི་གནས་  
 ལ་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་པ་གལ་ཆེ། ལྟ་བ་མཐོན་པའི་ཆེས་སྐྱད་གྱིས་རྒྱ་འབྲས་བྱེད་དུ་  
 གསོད་པར་མི་བྱ་སྟེ། ལོ་རྒྱུན་ཆེན་པོས། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ། འའི་གསང་སྤྲུགས་འདི་  
 ལྟ་བ་གཙོ་ཆེ། ལྟ་བའི་བྱེགས་སུ་སྦྱོད་པ་མ་ཤོར་བར་མཛོད། དེ་ཤོར་ན་དགེ་སྟོང་སྤྲིག་  
 སྟོང་ནག་པོ་ཁ་འབྲམས་བདུད་གྱི་ལྟ་བ་རུ་འགོ་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། བ་དམ་པ་  
 རིན་པོ་ཆེས། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་དུས་སྤྲིག་པ་བྱས་པས་གཙོད་དམ་མི་གཙོད་ཞེས་པས།

སྤྱི་ཉིད་རྟོགས་ན་སྤྲིག་པ་བྱ་དོན་མེད། སྤྱི་ཉིད་རྟོགས་པ་དང་སྤྱི་ཉིད་སྤྲི་བ་དུས་  
 མཉམ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལྟ་སྤྱོད་ཡ་མ་བྲལ་བའི་ཉམས་ལེན་ནི་ཆོས་ལ་ཞུགས་  
 བའི་དོན་པོ་ཡོད་དེས་ཆོག་ཡིན་པས་གདམས་པའི་སྤྱི་ཉིད་པོར་འཛིན་དགོས། དུས་  
 དང་ནམ་པ་ཀུན་ཏུ་དགེ་བ་སྤྲོ་མོ་ཚུན་ཆད་དམ་པ་གསུམ་གྱིས་ཟེན་པའི་སྤྱོད་ནས་ཉམས་  
 གུ་ལེན། སྤྲིག་པའི་ལས་སྤྲོ་མོ་ཙམ་ཡང་མི་བྱ་སྐྱམ་དུ་དམ་བཅའ། བར་པར་ལྟར་བའི་  
 ཆེ་ཡང་མི་ལམ་དུ་སྤྲིག་སེམས་བྱུང་ན་བཤགས་སྤོམ་བྱ། དགེ་བར་བྱུང་ན་དགའ་བ་  
 བསྐྱོམ་སྤེ་བསྤོ་བ་བྱ། དེ་རིང་གི་ཉི་མ་འདི་ལ་ཡང་དགེ་བ་ཅི་ལྷན་བསྐྱུབ། སྤྲིག་པ་  
 ཅི་ལྷན་སྤྲང་སྤྱམ་པའི་མོས་འདུན་བྱ། ལུ་པོ་ཉལ་བའི་ཆེ་བྱན་མེད་དུ་མི་ཉལ་བར་  
 དས་དེ་རིང་གི་ཉི་མ་འདི་ལ་སྤྱི་ཉིད་པོ་ཅི་ལོན། ལས་དགེ་སྤྲིག་ཅི་ལྟ་བུ་བྱས་སྤྱམ་དུ་  
 དབྱད། དགེ་བ་འབྲུབ་པར་འདུག་ན་དགའ་བ་བསྐྱོམ་ལ་གོང་ལྟར་བསྤོ་བ་བྱ། མི་  
 དགེ་བའི་ལས་བྱས་པར་འདུག་ན་འགྲོད་པ་བསྐྱེད་དེ་སྤྱི་ཉིད་ཐག་པ་ནས་བཤགས་སྤོམ་  
 སྤོམ་བྱ། དེ་བཞིན་དུ་དུས་དང་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་བྱན་ཤེས་དང་མ་བྲལ་བའི་སྤོ་  
 བས་བྱི་ནང་སྤོད་བཅུད་ཀྱི་སྤྱང་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཨ་འཐས་ཀྱི་བདེན་ཞེན་མི་བྱ་ཞིང་  
 བདེན་མེད་སྤྱུ་མའི་རྣམ་པོ་ལ་ཏུ་སྤོ་སྤྱང་། རི་སྐད་དུ། ལྷགས་ཀྱི་གོང་བུ་རྒྱུད་ཡང་དེ་  
 ཉིད་གཏིང་དུ་འགོ། །དེ་ཉིད་སྤོད་དུ་བྱས་ན་ཆེ་ཡང་ཁ་རུ་འཕྱོ། །ཞེས་པ་ལྟར་གང་  
 ཟག་གི་རྒྱུད་ཆོད་དང་བསྐྱུན་དགོས་མོད་ཀྱང་། དོན་ཀྱི་སྤྱི་ཉིད་པོ་རྟག་པར་རང་རྒྱུད་  
 དགེ་བ་དང་བྱང་པོའི་ལམ་ལ་བཞག་ནས་སྤོ་ལས་སུ་རུང་བར་བྱ་བ་ནི་འདི་ཡན་ཆད་  
 ཀྱི་སྤོ་ལྷག་བཞི་པོའི་དོན་ཉིལ་གྱིས་དེལ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས། དེ་ལྟར་བྱས་ན་དགེ་བ་  
 གང་བྱས་ཐམས་ཅད་ཤུགས་གྱིས་དམ་པ་གསུམ་དང་འབྲེལ་ཞིང་། རི་སྐད་དུ། དགེ་  
 བ་ཅན་སྤྱན་ཀྱི་སྤྱི་ཉིད་པོ་འདྲ། །གང་བསྐྱེན་བསྐྱེན་པ་ཀུན་རྒྱལ་ནས་གདའ། །ཞེས་པ་  
 ལྟར། རང་གི་སྤོ་ལས་སུ་རུང་བའི་མཐུ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲེལ་ཆད་ཀྱི་སྤོ་ཁ་ཡང་དག་  
 པའི་ལམ་ལ་བསྐྱུར་རུས་ཤིང་། རང་གཞན་ཀྱི་དགེ་བ་རྒྱ་བས་པོ་ཆེ་གོང་ནས་གོང་  
 འཕེལ་དུ་འབྱུང་། སྤྱི་བ་ནས་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་བྱན་སྤོང་རན་འགོ་ལོག་པར་

ལྷུང་བའི་གནས་སུ་མི་སྤྱེ་ཞིང་། མཐོ་རིས་ལྷ་དང་མིའི་ལུས་རྟེན་བྱུང་བར་ཅན་ཐོབ།  
 དེ་ལྷ་ཐུང་ཆོས་ལྷན་གྱི་གང་ཟག་དེ་གང་དུ་གནས་པའི་ཡུལ་ཕྱོགས་ཙམ་དུ་ཡང་དགོ་  
 ཞིང་བཀྲ་གིས་པ་དང་། རྟག་ཏུ་ལྷས་བསྐྱར་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །ཐམས་ཅད་ལས་  
 གྱི་རང་བཞིན་དུ་བསྟན་པའི་རིམ་པའོ། །ཞར་བྱང་རང་སྟོན་སུན་འབྱིན་གྱི་ཆེད་དུ་  
 གང་མས་པ་ནི། ཆོས་ལམ་ཞུགས་ཀྱང་ཉེས་སྦྱོང་མི་སྟོམ་ཞིང་། ཞེས། དང་པོ་དེས་  
 འབྱུང་གིས་ཀུན་ནས་བསྐྱར་བའི་ཆོས་ཀྱི་ལམ་ལ་ཞུགས་པ་ཞེས་འཁོར་བའི་སྟག་.....  
 བསྐལ་ལས་ཐར་ཐབས་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། དེ་ལ་འཇགས་སྒོ་དང་པོ་  
 རང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་བྱང་ཆོས་རྒྱུབས་སུ་འགོ་བ་ཡིན་པས། རྒྱུབས་གསུམ་འཛིན་  
 པའི་དགོ་བསྟེན་ནི་བྱིམ་པས་ཀྱང་མ་ཐོབ་ཐབས་མེད་པས་སྒྲ་སྒྲོབ་གཉིས་ཀས་གལ་  
 རྒྱུང་མི་བྱ་བར་རྒྱུབས་སྟོམ་འཕོག་པ་ཆོ་ག་ལྟར་བྱས་ལ། བསྐྱབ་བྱ་འཆད་འགྱུར་  
 རྒྱུབས་འགོའི་རྒྱུབས་བཞིན་ཉམས་སུ་ལེན་དགོས། དེའི་སྟེང་དུ་བསྟེན་གནས་གྱི་  
 སྟོམ་པ་ནི། ཨོ་རྒྱན་བདུས། དགོ་བ་མཐའ་དག་མ་ལུས་གསོ་བ་དང་། སྦྱིག་པ་མ་  
 ལུས་ནམ་པར་སྦྱོང་བ་སྟེ། །དགོ་གསོ་ཕྱིར་དང་སྦྱིག་པ་ནམ་སྦྱོང་ཕྱིར། །དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པས་གསོ་སྦྱོང་བཀའ་སྟུལ་རྟོ། །

ཞེས་པ་ལྟར། བསྐྱབ་བྱ་རྒྱལ་བྱིམས་ཀྱི་ཡན་ལག་བཞི། བག་ཡོད་གྱི་གཅིག་བརྟུལ་  
 ཞུགས་གྱི་གསུམ་དང་བརྟུང་། དང་པོ་ཉེས་སྦྱོང་སྟོམ་པ་རྒྱལ་བྱིམས་ཀྱི་ཡན་ལག་ནི་  
 སྟོམ་པ་ཐམས་ཅད་གྱི་རྩ་བ་ཡིན་པས་ན་རྩ་བ་བཞི་ཞེས་ལུས་ཀྱི་ལས་གསུམ། དག་  
 གི་རྒྱན་ཏེ་བཞི་པོ་སྤྲོ་མོ་ནས་སྤྱང་། གཉིས་པ་བག་ཡོད་ཀྱི་ཡན་ལག་འབྲུ་ཆར་སོགས་  
 མཉམས་བྱེད་གྱི་བཟང་བཅུང་ཐམས་ཅད། གསུམ་པ་བརྟུལ་ཞུགས་ཀྱི་ཡན་ལག་ནི་བྱིས་  
 པའི་སྦྱོང་པ་བརྟུལ་ཏེ་སྦྱོང་པ་བཟང་པོར་ཞུགས་པའི་དོན་ཡིན་པས། འཕྱོར་སྒྲེགས་  
 ཀྱི་བསམ་པས་དྲི་བཟང་པོ་ལུས་ལ་བསྐྱབ། རིན་པོ་ཆེ་སོགས་སྤེང་བས་ལུས་བརྟུན་  
 པ། གཞན་ན་ཆ་གདུ་བ་སོགས་རྒྱན་གྱི་རིགས་བྱེད་གསུམ། ཟེད་མོ་དང་བཞད་གང་  
 ཀྱི་ཆེད་འཆོང་རྒྱགས་སོགས་དང་གཏམ་སྟོ་ཆོགས་སྟོ་བ་སྟེ་གར་གྱི་ནམ་པ། སྤྱང་དང་



རོལ་མོ་འབྲུད་དཀྱོལ་སོགས་གར་གྱི་རིགས་བྱུང་གསུམ། ཉིན་ཕྱེད་ཡན་ཆད་ཁ་  
 རྫོམ་སེལ་བྱེད་གྱི་རྩ་དང་རྩུ་ཙམ་ལས་བཟའ་བ་དང་བཅའ་བའི་རིགས་ཐམས་ཅད།  
 བྱུག་པ་ལས་མཐོ་བའི་སྟན་ནམ་གཞན་ཡང་དར་གོས་སྟག་གཟིགས་སོགས་རིན་ཐང་  
 ཆེ་བའི་སྟན་སྤང་བ་སྟེ། གར་སོགས་ཅུད་མའི་རིགས་བྱེད་གསུམ་གཅིག་དང་། བྱེད་  
 སོགས་རྒྱན་གྱི་རིགས་བྱེད་གསུམ་གཅིག་ཏུ་བརྟེ། ཏུས་མིན་ཟས་དང་སྟན་གཉིས་  
 གཅིག་ཏུ་བརྟེ་བ་བརྟལ་ཞུགས་གྱི་ཡན་ལག་གསུམ་སྟེ་བརྒྱད་པོ་འདི། དེ་རིང་གི་ཉི་  
 མ་མ་ཤར་གོང་ནས་སང་གི་ཉི་མ་མ་ཤར་བར་བསྐྱུང་བ་ནི་ཏུས་བྲིམས། རི་བྱིད་  
 འཛོའི་བར་ཁས་ལེན་པ་ནི་གཏན་བྲིམས་གོ་མའི་དགེ་བསྟེན་དུ་གྲགས་སོ། །གོང་  
 རྫོས་ལྟར་ཅུ་བ་བཞི་ཆད་དང་ལྔ་པོ་སྟོང་བ་ཡོངས་ {ནང་གསེས་དབྱེ་བའི་སྟོལ་ཡོད། མཆོག།}  
 རྫོགས་དགེ་བསྟེན། རྫོག་གཅོད་ཙམ་སྟོང་བ་སྟེ་གཅིག །ཁ་བྱིན་ལེན་དང་  
 གཉིས་ཀ་སྟོང་བ་སྟེ་འགའ། རྩུན་དང་གསུམ་སྟོང་བ་པལ་ཆེར་སྟོང་བའི་དགེ་བསྟེན།  
 མི་ཆངས་སྟོང་བ་སྟོང་བ་ཆངས་སྟོང་དགེ་བསྟེན་ནོ། །གང་བསྐྱུང་རྒྱ་དེ་ཁས་ལེན་  
 ཏུས་བདག་ཆངས་པར་སྟོང་བའི་དགེ་བསྟེན་དུ་བཟུང་དུ་གསེལ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་ཁས་  
 ལེན་དགོས། དགེ་རྒྱལ་སྟོང་གཉིས་གྱི་བསྐྱུང་བ་ནི་གཞན་འདུལ་བའི་གཞུང་ལས་  
 ཤེས་སོ། །གང་ཁས་བྲུངས་པ་དེ་མ་བསྐྱུང་ན་བཅས་སྟེ་གཞུང་ལས་འཆལ་དུ་འགྱུར་བས་  
 དགེ་འདུན་གྱི་སྟེ་ལ་མི་དབང་བ་སོགས་ཉེས་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། སྟོང་གི་ཕྱར་མ་ལས།  
 རྒྱལ་བྲིམས་འཆལ་བས་ས་ནི་གོམ་པ་གང་། །ཟས་ནི་ཁམ་གཅིག་བརྟུང་བ་རྒྱ་ལོར་  
 གང་། །ཙམ་ཞིག་དགེ་འདུན་རྩལ་ལ་ཡོངས་སྟོང་ན། །ལོག་འཛོ་ཡིན་ཏེ་དཔལ་བར་  
 སྟེ་བར་གསུངས། །ཞེས་པ་ལྟར། ད་ཏུས་སྟོན་འགྲོ་གོ་ལོ་ཐོས་ལོ་ཙམ་མམ་ཐུན་མོང་  
 དགེ་སྟོར་ཙམ་ལ་སྟེ་མ་ནས་དཀོར་ནག་ཆོམ་ཆོམ་མེད་པ་ལ་སྟོང་བ་མང་པོ་འདུག་་་  
 མོད་ཀྱང་། ལོག་འཛོ་ལ་རྩུང་ཙམ་འཛོམ་བག་རེ་མ་མཛད་ན། རྒྱལ་བྲིམས་དག་  
 རུང་སྟོང་གྲོག་གི་ཡོན་ཏན་གང་ཡང་མེད་ཆེ་དད་གཤིན་གྱི་རྩས་ལ་སྟུང་བ་ནམས་་་  
 གྱིས་ཕྱི་མར་བུ་ལོན་འཇལ་དགོས་པར་གསུང་བ་དང་། བྲིམ་པ་ཡིན་ཀྱང་ཆོས་ལམ་ལ

ཞུགས་པ་ཡིན་ཞེས་བསྐྱབ་སྒྲོམ་གང་ཡང་མེད་ན་དེ་ཙམ་མོ། སྒྲོམ་པ་ཐོབ་ནས་བསྐྱབ་  
 བའི་ཕན་ཡོན་ནི། ཉིང་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས། བསྐྱལ་པ་བྱེ་བ་གསུམ་གྱི་སྟེང་དུ། །  
 དང་བའི་སེམས་ཀྱིས་ཟས་དང་སྒྲོམ་རྣམས་དང་། །གདུགས་དང་བ་དན་མར་མའི་  
 བྱེད་བཡིས། །སངས་རྒྱས་བྱེ་བ་ཁག་ཁྱིལ་རིམ་གྱོ་བྱས། །གང་ཞིག་དམ་ཚེས་རབ་  
 ཏུ་འཛིག་པ་དང་། །བདེ་གཤེགས་བསྟན་པ་འགག་པར་འགྱུར་བའི་ཆོ། ཉིན་མཚན་  
 ཏུ་ནི་བསྐྱབ་པ་གཅིག་སྟོང་པ། །བསོད་ནམས་འདི་ནི་དེ་བས་ཁྱད་པར་འཕགས། །  
 ཞེས་པ་ལྟར། སྟོན་བསྟན་པ་དར་བའི་ཆོ་སྒྲོམ་པ་ཡོངས་རྫོགས་ཇི་སྟེང་དུ་བསྐྱབ་པ་  
 ལས་དངས་ཉིན་གཅིག་ལ་སྒྲོམ་པ་སྟོན་གཅིག་བསྐྱབ་པའི་ཕན་ཡོན་ཆོ། ཁྱད་པར་དུ་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱིས་ཟེན་པའི་སྒྲོམ་པའི་ཕན་ཡོན་ནི་ཆད་མེད། རྩོམ་ཐེག་པའི་ལྟ་  
 རྟེན་གསུལ་འབྱོར་དང་འབྲེལ་ནས་ཉམས་སྲུབ་སངས་ན་ཆོ་འདིར་ཐུག་ཀྱང་ཆེན་པོའི་  
 རིག་འཛིན་ཐོབ་པར་གསུངས་པས་ལམ་ཡང་དག་པ་ལ་ཞུགས་འདོད་རྣམས་ཀྱིས་  
 དང་པོ་ནས་ནམ་མཁའ་སྤར་ཟེན་ལྟ་བུའི་མི་འགྲུབ་པའི་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་མི་སྟོམ་པར་  
 བསྐྱབ་པ་འདི་དག་བསྐྱབ་འཚམས་ཤེས་པར་བྱས་ནས་སྤར་བྱང་བའི་གནད་དོ། །  
 ཐེག་ཆེན་སྒྲོར་ཞུགས་གཞན་ཕན་སེམས་དང་བུལ། །ཞེས་སྟིང་རྗེ་ཆེན་པོས་ཀྱང་  
 བསྐྱབ་པ་སྟེ་གཞན་དོན་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དེ་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོར་ཞུགས་  
 བསྐྱབ་པ་བྱུང་སྟེ། རང་དོན་ཞི་བདེ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒྲོས་ཉན་རང་དུ་སེམས་བསྐྱེད་ན་  
 ཉེས་པ་ཆད་མེད་པ་ནི། སྟེང་པ་ལས། གལ་ཏེ་བསྐྱལ་པ་བྱེ་བར་དགེ་བའི་ལས་  
 ལམ་བཟུ། སྟེང་ཀྱང་རང་རྒྱལ་དག་བཅོམ་ཉིད་ལ་འདོད་བསྐྱེད་ན། །དེ་ཆོ་ཆུལ་  
 བྱིས་སྟོན་བྱང་ཆུལ་བྱིས་སྟེང་ཉམས་པ་ཡིན། །སེམས་བསྐྱེད་དེ་ནི་ཕས་ཕམ་པས་  
 ཀྱང་ཤིན་ཏུ་མྱོ། ཞེས་སོ། །

ལས་དང་པོ་བས་བྱང་སྒྲོམ་རྒྱས་བསྐྱབ་གང་རུང་གི་སྒྲོ་ནས་ཉིན་རེ་བཞིན་གསོ་སྟོང་  
 བྱ་ཞིང་། བསྐྱབ་པ་ཆུལ་བཞིན་བསྐྱབ་པའི་ཕན་ཡོན་ནི། །མདོ་ལས། གང་ལ་སྟིང་  
 རྗེ་མཆིས་པ་དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མཆིས་སོ། །གང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མཆིས་

བ་དེ་ལ་སངས་རྒྱལ་མཆིས་སོ། །ཞེས་སོགས་པའི་ཡོན་མཐའ་ཡས། དེ་ལྟར་པའ་  
 ཡོན་དང་ཉམས་དམིགས་དྲན་ཤེས་བག་ཡོད་དང་ལྟན་པའི་སྒོ་ནས་སྤང་སྤང་དང་དངོས་  
 སམ་བརྒྱད་དེ་གཞན་པའི་ཁོ་ན་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་འཆད་འགྱུར་སེམས་བསྐྱེད་སྐབས་  
 ལྟར་ལག་རྩ་ལེན་དགོས་སོ། །དབང་བཞི་ཐོབ་ཀྱང་བསྐྱེད་རྫོགས་མི་སྒྲིམ་པའི། །  
 ལམ་གོ་ལ་འདི་ལས་སྤྲུལ་པས་བསྐྱེད་ཀྱང་གསོལ། །ཞེས་ཡིད་ཆེས་གྱིད་དཔས་ཀྱན་ནས་  
 བསྐྱེད་མྱོད་རྗེ་ཐེག་པའི་ལམ་གྱི་འཇུག་སྒོ་འམ་རྩ་བ་སྒྲིན་བྱེད་གྱི་དབང་ཡིན་ཏེ། རི་  
 རྒྱད་དུ། དབང་མ་ཐོབ་ན་དངོས་གྲུབ་མེད། །བྱེ་མ་བཙོར་བས་མར་མི་འབྱུང་། །  
 ཞེས་པ་ལྟར་དབང་ཐོབ་དགོས་ལ། ཐོབ་པ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག །དབང་གི་སྒོག་རྒྱད་  
 ལ་འཛིན་པ་དམ་ཆོག་ལ་རག་ལས་པས་ན་དེ་ལ་འང་རྩ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་དམ་ཆོག་  
 སྒྱིད་དང་། དབང་བཞི་སོ་སོའི་དམ་ཆོག་རྣམས་གཞན་དུ་ཤེས་པར་བྱས་ལ་མ་ཉམས་  
 པར་བསྐྱངས་ན། ལམ་གཞན་ལས་ཁྱད་པར་དུ་མས་འཕགས་པ་ཉི་ལྔའི་བཀོད་པ་  
 ལྟ་བུ་ཀྱན་བཟང་རྗེ་རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་ཆོག་ཅིག་གིས་ཐོབ་ངེས་ལ། ཉམས་ན་རྗེ་  
 རྗེ་མནར་མེད་གྱི་དཔྱུལ་བར་འགོ་བ་ལས་འགོ་ས་གཞན་མེད་པ་གསར་རྒྱུད་གི་རྒྱད་  
 ལྟ་ཞལ་མཐུན་པ་ཡིན། བད་སྤྲོད་བརྟེན་པ་ལས། མ་ཉམས་བསྐྱེད་ན་དོན་འབྲས་  
 འགྲུབ། ཉམས་ན་ཡུན་རིང་སྟག་བསྐྱེད་མྱོང་། །ཞེས་སོ། །དེ་ལྟར་སྒྲིམ་པ་གསུམ་  
 པོ་དོ་བོ་གནས་འགྱུར་ཡོན་ཏན་ཡར་ལྡན་གྱི་ཚུལ་དུ་གང་ཟག་གཅིག་གི་རྒྱད་ལ་འགལ་  
 མེད་ཉམས་སུ་ལེན་དགོས་ན། ལམ་གྱི་སྤང་སྤང་རིམ་བཞིན་མི་ཤེས་པའམ་ཤེས་ཀྱང་  
 ཉམས་སུ་མ་སྤངས་པའི་ལམ་གོ་ལ་འདི་ལས་བསྐྱེད་ཏེ་ཡང་དག་པའི་ལམ་ལ་འགོད་  
 པར་མཛད་དུ་གསོལ་ཞེས་གསོལ་བ་འདེབས་འཆའ། ལྟ་བུ་མ་རྟོགས་ཐོ་ཅིད་སྤྱོད་  
 པ་ཅན། །སྒྲིམ་པ་ཡེངས་ཀྱང་གོ་ཡུལ་ཁྱད་གོག་འཐག །སྤྱོད་པ་ལོར་ཀྱང་རང་སྒྱོན་  
 མི་སེམས་པའི། །ཆོས་དྲེད་འདི་ལས་སྤྲུལ་པས་བསྐྱེད་དུ་གསོལ། །ཞེས། ད་དུས་  
 རྫོགས་ཆེན་བསྟན་པའི་ཆོས་རྒྱུན་མཁས་རྫོམ་ཁ་ཅིག་གིས་ཡིད་དཔྱོད་སྒྲིམ་བྱས་ཀྱི་  
 ལྟ་བུར་རྫོགས་ཆེན་དུ་བཏགས་པ་དང་། ཐོས་རྒྱུད་སྟན་སྒྲིམ་རང་འདོད་ཅན་ཁ་ཅིག་

གིས་སྒྲིང་འཇིག་གཉིན་པོའི་ཞེན་པ་ལ་བྱིས་ཆོད་དུ་བཏགས་ནས་རྒྱ་འབྲས་འཛེལ་  
 ཉེག་ཏུ་སྒྲིང་བ་སྟགས་མང་པོ་བྱུང་བར་སྤང་བས། ཟབ་མོ་གདམས་ངག་གི་བཅུད་  
 དང་ལྷན་པའི་སྒྲིམ་དམ་པ་ལས་བྱུང་བར་གྱི་བྲིད་དོ་སྒྲིང་དམར་བཅོངས་སུ་ཐོབ་  
 དགོས་པ་དང་། ལྷ་སྒྲིམ་གྱི་སྤྱ་ཐགས་གཅོད་དགོས་པའི་ཆོད་དུ་གདམས་པ་ཡིན་  
 བས་དོན་གོ་བར་གྱིས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་འཛེལ། བདས་པར་འཛི་ཡང་གནས་  
 གོས་ཅོར་ལ་སྟེད། བ་ཆོད་ཡོལ་ཡང་ངེས་འབྱུང་སྒྲི་གས་བྲལ། བོས་པ་རྒྱུད་ཡང་  
 ཡོན་ཏན་ཅན་དུ་སྒྲིམ། ཁ་རིག་འདི་ལས་སྒྲིམས་བསྒྲལ་དུ་གསོལ། ཞེས། ཆོག་  
 དངོས་སུ་བསྟན་པས་གོ་སྒྲིམ་མོད་ཀྱང་། ཆོག་རྗེས་སུ་དོན་དྲན་པར་བྱས་ཏེ་རང་སྒྲིམ་  
 དོས་བཟུང་སྟེ་ཡུལ་སྟུད། དེས་འབྱུང་སྒྲི་གས་ཀྱི་དགོ་སྒྲོ་གོང་འཕེལ་ལ་བརྩོན། རང་  
 རྒྱུད་ཀྱི་ཁེངས་པ་སྒྲུངས་དགོས་པ་སྟགས་ལ་དགོངས་ནས་གདམས་པ་ཡིན་པས་དོན་  
 ཤེས་པའི་སྒྲིན་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་འཛེལ། རྒྱུ་ཁར་འཛོར་ཡང་འདྲུ་འཇིག་ནས་སྒྲོར་  
 སེམས། འདེན་པ་བརྟེན་ཀྱང་རང་རྒྱུད་ཤིང་ལྟར་རེངས། འདྲུལ་བར་སྒྲུ་ཡང་ཆགས་  
 སྤང་མ་ཞིག་པའི། ཆོས་བརྒྱུད་འདི་ལས་སྒྲིམས་བསྒྲལ་དུ་གསོལ། གཉིད་འཕྲུག་  
 འདི་ལས་སྒྲུར་དུ་སང་དུ་གསོལ། བྲི་སྟན་འདི་ལས་སྒྲུར་དུ་དབྱུང་དུ་གསོལ། །  
 ཞེས། ཆོས་ཡང་དག་སྒྲུབ་པར་འདོད་པའི་ལམ་གྱི་བར་ཆད་འཇིག་རྟེན་ཆོ་འདིའི་  
 ཆོད་དུ་འདྲུ་བྱེད་རྒྱུ་ཁར་འཛོར་བའི་ལས་ལྷའི་སྤུའི་བདུད་ཅེས་གྲགས་སྟན་རྟེད་  
 བཀུར་ཏེ་མཐུན་སྟོགས་བཞི་དང་། དེ་ལས་ལྷོག་སྟོགས་བཞི་མི་མཐུན་པ་སྟེ། འཇིག་  
 རྟེན་ཆོས་བརྒྱུད་ཀྱི་རེ་དོགས་སྤང་དཀའ་ཞིང་བཏགས་ན་ཆོས་པར་སྒྲིམས་པ་པལ་  
 ཆེར་གྱིས་འདི་ཁོ་ན་དོན་དུ་གཉེར་ཏེ། ཆོང་ཁེ་སྦྱེད་གྲོང་དགོན་གྱི་ཆོད་དུ་ཆགས་  
 སྤང་སྟགས་འདྲུ་འཇི་སྒྲི་ཆོགས་ཀྱི་ཡོ་ལང་དང་། གནས་སྒྲོར་ལྷ་སྤུའི་རྒྱལ་ཁམས་སུ་  
 འགོ་བར་སེམས་པ་དང་། ལྟར་སྤང་རེ་ཁོད་དང་དབེན་རིར་བརྟེན་ན་འང་ཆོས་བརྒྱུད་  
 བད་ནས་མ་བྱུལ་བའི་རྒྱུན་གྱིས་རང་རྒྱུད་ལ་ཡོན་ཏན་གྱི་ཡོ་འབྲས་མི་སྒྲིན་པ་ནི། སྤྱད་  
 པ་ལས། གང་ཞིག་དཔག་ཚད་ལྡ་བརྒྱ་ཡོད་པའི་རི་ཡི་སུལ། སྒྲུལ་གྱིས་གང་བར་



ལོ་མང་བྱེ་བར་གནས་བྱེད་ཀྱང་། འདོན་པ་འདི་མི་ཤེས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 དེ། ལྷག་པར་ར་རྒྱལ་རྟེན་ནས་འདྲེ་པར་འགྱུར་བ་ཡིན། ཞེས་པ་ལྟར། སྤར་རྒྱུད་  
 རེ་རྒྱུད་རེ་རྒྱུབ་ཤིང་སྤོང་སྒྲམ་པོ་ལྟ་བུ་འཁོར་བ་ལས་འཕགས་པ་ལྟ་ཅི། ར་རྒྱལ་  
 དང་ཕྱག་དྲིལ་གི་སྒྲོན་མར་སོང་བའི་མ་རིག་པ་དུ་མས་བསྐྱེད་པའི་གཉིད་འབྱུག་པོ་  
 ལྟ་བུ་འདི་ལས་སང་དེ་ཐར་པའི་ལམ་ཡང་དག་པ་སྤང་བར་མཛད་པ་དང་། ཁྱི་སྒྲོན་  
 བྱི་མཛོན་བརྗོད་ཀྱི་སྒྲུད་དེ་མ་རུང་པའི་བཙོན་ཁང་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་པའི་སྤྱག་  
 བསྐྱེད་འཁོར་བའི་བཙོན་དོང་འདི་ལས་སྤྱར་དུ་ཐར་བ་ཞིག་སྤྲོ་མ་མཁྱེན་སྤྲོ་མ་པའི་  
 གསོལ་བ་ཁ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་སྤྱིང་ཁུང་རུས་པའི་གཉིད་ནས་འདེབས་པར་བྱའོ། །  
 དེས་རྒྱ་འབྲས་ཞར་བྱང་དང་བཅས་པའི་རིམ་པའོ། །

༥༥

དུག་པ་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པའི་རྒྱལ་ནི། སྤྲོ་མ་མ་བརྟེན་པར་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་  
 པའི་ལོ་རྒྱུས་མདོ་རྒྱུད་གང་ལས་མ་གསུངས། མཐོང་ཆོས་སྤྱི་ཡང་རང་བཞོད་དང་ཕོ་  
 ཆོད་ཀྱི་ས་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རྒྱུད་ལ་སྤྱེ་བ་ནི་གཅིག་ཀྱང་མེད། འདི་ལྟར་རང་དང་  
 བཅས་པའི་སེམས་ཅན་ཀྱན་ལོག་པའི་ལམ་ལ་རྣམ་རིག་གཞོ་བཞིན་དེ། ཐར་པ་  
 དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་ལ་ལོང་བ་བཤེས་མེད་ཐང་སྟོང་དུ་མགོ་འཁོར་བ་  
 དང་མཚུངས་པ་འདིའོ། དེས་ན་དེད་དཔོན་ལ་མ་བརྟེན་པར་རིན་པོ་ཆེའི་གྲིང་ནས་  
 རོར་བུ་སྤྲང་བའི་དཔེ་མེད། དེའི་ཕྱིར་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་དགེ་བའི་གྲོགས་  
 པོ་ནི་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་ཡང་དག་པ་ལ་ཁྱིད་པའི་དེད་དཔོན་  
 དམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་གྲུས་པས་བསྟེན་དགོས། དེ་ལ་དང་པོ་སྤྲོ་མ་བརྟེན་པ། པར་  
 དུ་སྤྲོ་མ་བརྟེན་པ། ཐམ་དགོངས་སྟོན་བསྐྱབ་པ་དང་གསུམ། དང་པོ་ལའང་བསྟེན་  
 བྱ་དང་སྤྲང་བྱ་གཉིས། དང་པོ་བསྟེན་བྱ་ནི། སྤྱིར་སོ་སོའི་སྤྱེ་བོའི་རྒྱུད་གྲོགས་ལ་  
 སོགས་པ་འབྲལ་ཞུན་གྱིས་བསྐྱར་སྤྱི་བ་ཡིན་པས་དུས་དང་རྣམ་པ་ཀྱན་ཏུ་དགེ་བའི་  
 བཤེས་གཉེན་དང་དགེ་བའི་གྲོགས་པོ་ལ་བསྟེན་ཏེ་གོང་མའི་རྗེས་སུ་སྤྱོད་ནས་ཡོན་  
 ཏན་སྤྱོད་པའི་ཀྱང་གོང་འཕེལ་གྱི་ཐབས་ལ་བརྟེན་དགོས། དེ་ཡང་ད་ལྟ་དུས་སྤྱིགས་

མར་སོང་བའི་གཤེས་དང་རང་རེ་ཉོན་མོངས་པ་རྗེ་ཉག་རྒྱ་སོང་བའི་རྒྱུན་གྱིས་ལོག་  
 ལྟའི་མིག་སྒྱུན་ཆེ་བ་དང་། སྒྲོན་སྒྲུངས་སྒྲོན་ལམ་དམན་པའི་སྐལ་མེད་མང་པོ་དུས་  
 གཅིག་ཆོགས་པ་དང་། བདུད་ཀྱི་བར་ཆད་ཅི་རིགས་སུ་བརྟུས་ནས། ལྟ་སྦྱང་ལོག་  
 ལམ་དུ་བསྐྱར་བའི་མཐུས། རྒྱུད་སྡེ་རིན་པོ་ཆེ་ནམས་ནས་བཤད་པའི་མཚན་ཉིད་  
 ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་བཤེས་གཉེན་ནི་རྟེན་པར་དཀའ་ཡང་། གང་བསྟེན་  
 བྱའི་སྤྱི་མ་དེ་དག་ལ་སྦྱར་ཡོན་ཏན་འདི་དག་ཆད་དགོས་གསུངས། བྱི་སོ་ཐར། བར་  
 བྱང་སེམས། གསང་བ་གསང་སྟགས་ཏེ་སྟོམ་བ་གསུམ་དང་ལྟན་པས་རྒྱུད་གཅད་བ།  
 མདོ་རྒྱུད་བསྟན་བཙོས་ཀྱི་གནས་ལ་མ་སྟོངས་པས་ཐོས་པ་ཆེ་བ། སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་ལ་ཤིན་ཏུ་བརྩེ་བའི་སྙིང་རྗེས་རྒྱུད་བརྟན་བ། བྱི་སྡེ་སྟོད་གསུམ་དང་། བར་གསང་  
 སྟགས་དང་རྒྱུད་སྡེ་བཞིའི་ཆོག་ལ་མཐུས་པ། དོན་ཉམས་སུ་བྱུང་བ་ལ་བསྟེན་ནས་རང་རྒྱུད་  
 ལ་སྤངས་རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཁྱད་པར་ཅན་མངོན་དུ་བྱུར་བ། སྒྲིན་དང་སྒྲན་སྒྲ་དོན་  
 སྟེང་དོན་མཐུན་ཏེ་བསྟུ་བའི་དངོས་པོ་བཞིས་སྐལ་ལྟན་གྱི་སྟོབ་མ་རྒྱུད་པ་སྟེ་དེ་ལྟ་  
 ཞིག་བསྟེན་དགོས་གསུངས། ཁྱད་པར་དུ་གསང་སྟགས་རྗེ་རྗེ་ཐེག་པའི་མན་ངག་  
 གི་ཟབ་གནད་སྟོན་པའི་སྤྱི་མ་ནི། རྒྱུད་སྡེ་རིན་པོ་ཆེ་ནས་རྗེ་སྒྲིད་བཤད་པའི་.....  
 སྒྲིན་བྱེད་དབང་གི་རྒྱ་པོའི་ཟམ་མ་ཆད་པས་རྒྱུད་སྒྲིན་པ། དབང་དུས་སུ་ཁས་བླངས་  
 བའི་དམ་ཆོག་དང་སྟོམ་པའི་གནས་ལ་འགལ་བ་མེད་བ་ཉོན་མོངས་པ་དང་ནམ་  
 རྟོག་རྒྱུད་པས་རྒྱུད་ཞི་ཞིད་དུ་ལ་བ། གསང་སྟགས་རྗེ་རྗེ་ཐེག་པའི་ལམ་དང་འབྲས་  
 བུའི་རྒྱུད་དོན་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པ། ཡི་དམ་ལྟའི་ཞལ་མཐོང་བ་སོགས་བསྟེན་བསྟུབ་ཀྱི་  
 རྟགས་རྫོགས་པ། གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་མངོན་དུ་བྱུར་ནས་རྟོགས་པས་བདག་རྒྱུད་  
 གྲོལ་བ། ལུགས་རྒྱུད་སྙིང་རྗེས་གང་བས་གཞན་དོན་འབའ་ཞིག་གཉེར་བ། འཛིག་  
 ཉེན་ཆེ་འདིའི་ཞེན་པ་སྤངས་པས་བྱ་བ་ཉུང་བ། བྱི་མ་དང་དུ་བླང་བས་ནན་ཏན་  
 ཆོས་ལ་སེམས་པ། འཁོར་བ་སྟག་བསྟུལ་དུ་མཐོང་བས་ལུགས་རྒྱུད་སྟོ་ཤས་ཆེ་ཞིང་  
 གཞན་ཡང་དེ་ལ་བསྟུལ་བ། གང་ལ་གང་འདུལ་གྱི་སྟོན་ནས་གདུལ་བྱའི་སྟོབ་མ་



རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་ཐབས་ལ་མཁས་པ། སྤྲོ་མའི་བཀའ་བཞིན་བསྐྱབ་པས་བརྒྱད་  
པའི་བྱིན་སྐབས་དང་ལྷན་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་བསྟེན་དགོས་གསུངས་སོ། །  
ཁྱད་པར་མན་ངག་སྟོན་པའི་སྤྲོ་མ་ནི། རྒྱུད་ལས། མཁས་ཤིང་བྱ་བ་བྲལ་བ་དང་། །  
ཆོས་ཉིད་དོན་ལྷན་ཚད་ཐེབས་པ། །འདོད་པའི་དོན་ལ་སྤོངས་པ་མེད། །གསང་  
སྤྱགས་སྤྲོ་མའི་མཚན་ཉིད་དོ། །ཞེས་པ་ལྟར། རྒྱུད་དོན་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་  
སྤྱངས་ཤིང་གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་མངོན་སུམ་རྟོགས་པ་ནི་མཁས་པ་ཞེས་སྤྲལ་དང་  
མཆོག་ཡིན་ལ། ཆོས་བརྒྱད་སོགས་སྟོས་པའི་བྱ་བ་ནང་ནས་བྲལ་ཞིང་། ལུང་  
རིགས་དང་མཐུན་པའི་ཉམས་སྤྱོད་གི་ཚད་མའི་སྟོན་ནས་སྟོབ་མའི་རྒྱུད་ཚོད་དང་མཐུན་  
པའི་དོན་སྟོན་ནས་པའམ། རང་གི་ཆོ་རབས་ཀྱི་སྤྲོ་མ་ཞེས་དངོས་བརྒྱད་ནས་གཞན་  
དང་མི་འདྲ་པའི་དད་གུས་འཕེལ་བའམ། ཡང་ན་ཆོས་གང་གསུང་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་  
མོངས་པའི་གཉེན་པོར་འགོ་ཞིང་སེམས་ལ་ཕན་ངེས་པའི་སྤྲོ་མ་དམ་པ་དང་ལྷན་ན།  
རྟགས་དང་ཆ་ལུགས་རི་ལྟར་འདུག་ཀྱང་བརྟེན་བྱ་ཡིན་ལ། གང་ལྟར། བརྒྱད་པའི་  
བྱིན་སྐབས་ཐོབ་པའི་ལྟ་སྟོམ་སྟོད་པའི་བྲིད་ཉམས་སྤྱོད་གི་སྟོན་ནས་འཆད་ཤེས་པ་  
ཞིག་ནི་ཅིས་ཀྱང་གལ་ཆེད། །

གཉིས་པ་སྤང་བྱ་ནི། རྒྱུད་ན་ཐོས་བསམ་བསྟོམ་གསུམ་མེད་ཀྱང་གོ་ས་ཙམ་གྱིས་ང་  
རྒྱལ་བ། དེ་དག་རྒྱུད་ཐད་ཡོད་ཀྱང་སྤྲོ་མས་གནང་བ་མེད་བཞིན་ཆོས་བརྒྱད་དོན་  
གཉེར་གྱིས་སྟོན་གྲོལ་རས་ཚོད་གཞུ་ལུམ་གྱིས་གཞན་རྗེས་སུ་འཛིན་པ། །ཁ་ལྟ་སྟོམ་  
པོས་ཐབ་མའི་གནད་འཆོལ་ཉོག་ཏུ་སྟོད་ཅིང་སྟོན་པ། ཡོན་ཏན་གང་ཡང་མེད་རྒྱུད་  
མི་ནག་པོ་མོ་སོགས་ཀྱི་བཀའ་སྟོས་རྒྱགས་པས་རང་མཐོང་ཅན། བུམས་སྟོང་རྗེ་  
བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་དང་བྲལ་བ་ནི་སྤང་བར་བྱའོ། །ལུང་ལས། སྟོབ་དཔོན་ཚད་  
མར་མ་གྱུར་སྟེལ་འདྲའི་ལུང་། །མན་ངག་ལོག་པའི་ལམ་དུ་ལྷུང་ཏེ། །ཞེས་དང་།  
ཨོ་རྒྱན་ཆེན་པོས། སྤྲོ་མ་མ་བརྟགས་དུག་འཐུང་འདྲ། །སྟོབ་མ་མ་བརྟགས་གཡང་  
མཆོང་འདྲ། །ཞེས་པ་ལྟར་རོ། །གོང་དུ་བཤད་པའི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་ཚང་པའི་སྤྲོ་མ་

ནི། ཐུགས་བརྩའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐུགས་རྗེ་ཡོ་ཤེས་ཀྱི་རང་གཟུགས་གདུལ་  
བྱའི་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་གང་ཟག་མིའི་གཟུགས་སུ་བྱོན་པ་ཡིན་པར་ཤེས་དགོས།  
ཐུགས་རྗེ་དང་བྱིན་རྒྱུའམ་ཀྱི་དོས་ནས་སངས་རྒྱས་དང་མཉམ་ཞིང་། བཟང་འབྲེལ་  
ཆོ་གཅིག་སངས་རྒྱས་དང་། དན་འབྲེལ་འཁོར་བ་མཐའ་ཅན་དུ་འགྱུར་ངེས།  
གཉིས་པ་བརྟེན་ཚུལ་དང་། གསུམ་པ་དགོངས་སྟོན་བསྐྱབ་པ་གཉིས་བསྐྱབ་ཏེ་  
བསྟན་པ་ནི། རྗེ་མི་ལ་རས་པས་ལྟོ་བྲག་མར་པ་བརྟེན་པའི་ལོ་རྒྱུས་སོགས། གྲུབ་  
པའི་དབང་ཐུག་དམ་པ་སྐྱོ་ཆོའདི་ཉིད་ལ་དོན་གཉིས་ལྟར་གྲུབ་མངོན་དུ་མཛད་པའི་  
གསར་རྒྱུ་གི་གྲུབ་པའི་དབང་ཐུག་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་ལྟར་ཅི་བཞིན་པ་དུས་  
དབང་གིས་འོང་བར་དགའ་ཡང་། དམ་པ་དེ་དག་གི་རྣམ་ཐར་ལ་ཆད་བཅུགས་ནས་  
དངོས་སུ་ཅི་རུས་དང་། མ་འོངས་པ་ན་དེ་ལྟ་བུའི་དད་པ་དང་སྦྱིང་རུས་ལྟར་པས་སྒྲ་  
མ་མཉེས་པ་གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་བརྟེན་ཏེ་གདམས་ངག་མཐར་ཐིན་པའི་སྒོན་ལམ་  
བཟང་པོ་གདབ། རྒྱས་པར་ནི་ཁྲིད་ཡིག་ཀྱན་བཟང་སྒྲ་མའི་ཞལ་ལུང་སོགས་ལ་  
གཟིགས་མཛོད། བཤེས་གཉེན་བརྟེན་པའི་ཁྲིད་ཀྱི་རིམ་པའོ། །

སྟེ་དོན་གཉིས་པ་ཐུན་མིན་ནང་གི་སྟོན་འགོ་ལ། སྐབས་འགོ། སེམས་བསྐྱེད།  
སྒྲིབ་སྦྱོང་། མཐུལ། ཀྱུ་སྒྲ་ལའི་ཆོགས་གསོགས། སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་དང་དུག་  
ལས། དང་པོ་ནི། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒོ་དབྱེ་ལམ་གྱི་མིང་དོན་ལྟ་བུ་ནང་པ་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་སྐབས་འགོ་ཡིན་ཏེ། སྐབས་འགོ་བདུན་ཅུ་པ་ལས། སྟོམ་པ་ཀྱན་  
ལ་ཡོད་མོད་ཀྱང་། [སྐབས་སུ་མ་ {ལས་དང་པོ་རྣམས་ལ་ཀྱན་མཁུན་རང་གི་ཞལ་གསུངས་  
ལྟར་སྐབས་སྟོམ་སྟོན། མཆོ།} མོང་པ་ལ་མེད། ཅིས་སོ། སྐབས་འགོ་འོ་སྟོན་དབྱེ་བ་  
དད་པ་ཡིན་པས་དད་པ་ཕྱིར་མི་སྟོག་པ་ཞིག་རང་རྒྱུད་ལ་སྟེ་རུས་ན་ཡོད་དེས་ཆོག་  
གི་སྐབས་འགོ་ཡིན་པར་གསུངས་ཤིང་། སྟེར་དད་པ་ནི་རྒྱལ་སྟིང་རིན་པོ་ཆེ་རྣ་  
བདུན་གྱི་ནང་ནས་མེད་ཐབས་ཆག་ཤིང་རྟའི་ཁ་ལོ་སྒྱར་བྱེད་ཀྱི་འཁོར་ལོ་དང་ཆོས་  
མཆོངས་ལ། རི་སྐད་དུ། དད་པ་འཁོར་ལོ་རིན་པོ་ཆེ། ཉིན་མཆོན་དགོ་བའི་ལས་





ལ་སྒྱུར། ཞེས་དང་། ཡང་དད་པ་ནི་འཕགས་པའི་ནོར་བུ་ན་གྱི་གཙོ་བོ་འདི་ཕྱི་  
 བན་བདེ་མ་ལུས་ཡིད་བཞིན་དུ་འགྲུབ་པའི་རྒྱ་ཡིན་པས་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་།  
 ཡོན་ཏན་མི་ཟད་པའི་འབྲུང་གནས་ཡིན་པས་གཏེར་དང་། ཐར་པ་དང་ཐམས་ཆད་  
 མཁྱེན་པའི་ལམ་དུ་འགྲོ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱུ་ལ་ལྟ་བུ་དང་། དགེ་བའི་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་རང་རྒྱད་ལ་སྤྱད་བྱེད་མེད་མི་རུང་བའི་ལག་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། ཡོན་ཏན་མཛོད་ལས།  
 དད་པ་ནོར་དང་གཏེར་དང་རྒྱུ་ལ་མཆོག་ ལག་པ་བཞིན་དུ་དགེ་སྤྱད་ཅུ་བ་ཡིན། །  
 ཞེས་པ་ལྟར་སྒྱུར་ཆོས་ཡང་དག་པའི་སྔོན་འགྲོ་དད་པ་ཡིན་ཅིང་། ཁྱད་པར་དུ་  
 སྒྱུ་བས་འགྲོའི་ངོ་བོ་ཡོད་དེས་ཆོག་ཡིན་པས་ཁ་ཞེ་མེད་པའི་དད་པ་བརྟན་པོ་གལ་ཆེ།  
 མདོ་ལས། དད་པས་མོས་པ་རྣམས་ལ་མཛོན་པར་དགའ་བ། ཞེས་དང་། ཨོ་རྒྱན་  
 པདྨས། ཡིད་ཁྱེད་ཤེས་ཀྱི་དད་པས་བྱིན་རྒྱལ་པས་འཇུག་ ཅིས་པ་ལྟར། རང་ངོས་  
 བ་དད་མོས་རབ་འབྲིང་ཐ་མ་ཅི་ཅམ་ཡོད་པ་དེ་ཅམ་གྱི་བྱིན་རྒྱལ་པར་རྒྱུད་ལ་འཇུག་  
 ཅིང་། དད་མོས་ཅུ་བ་ནས་མེད་ན་སྤྲུགས་རྗེ་དང་བྱིན་རྒྱལ་པ་གཏན་ནས་འཇུག་པའི་  
 ཐབས་མེད། མདོ་ལས། དད་པ་མེད་པའི་མི་རྣམས་ལ། དྭ་ཀར་པོའི་ཆོས་ནི་མི་  
 འབྲུང་སྟེ། ཁ་བོན་མེ་ཡིས་ཆོག་པ་ལ། ལྷ་གྲ་སྔོན་པོ་ཇི་བཞིན་ནོ། །  
 ཞེས་དང་། ཨོ་རྒྱན་ཆེན་པོས། དད་མེད་བྲག་སྤྲུག་བྱང་བ་ལྟས་ལྟ་བུ་ལ། སྤྲུགས་  
 རྗེའི་ཉི་མ་ནམ་ཡང་འཆར་དུས་མེད། ཅིས་སོ། ཁྱད་པར་དོ་རྗེ་ཐེག་པའི་བསྐྱེད་  
 རྗེས་རྗེས་ཆེན་ཉམས་སུ་ལེན་པ་དག་གི་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་ཆད་པའི་རྒྱ་ལོག་  
 ལྟ་དང་ཐེ་ཆོས་ཁོན་ཡིན་པར་གསུང་པས། ཆོས་དང་གང་ཟག་ལ་མ་བྲལ་པའི་ཡིད་  
 ཆོས་ཀྱི་དད་འདུན་བཟང་པོ་ནི་སྒྲིབ་དྭ་ཀར་པོ་གཅིག་སྤྲུབ་ལྟ་བུ་བྱིན་རྒྱལ་པ་དངོས་  
 གྲུབ་སྤྱར་དུ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་མ་ནོར་བུ་ཡིན་པ་ནི་འཕགས་པོད་ཀྱི་གྲུབ་པའི་དབང་  
 ལྷག་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་ལས་ཀྱང་ཤེས་མོད། འཇམ་དཔལ་ཁིང་བཀོད་ལས།  
 ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་སྐྱེན་ཡིན་ཏེ། འདུན་པའི་ཅེ་ལ་རབ་ཏུ་གནས། ཞེས་དང་།  
 ཨོ་རྒྱན་ཆེན་པོས། དད་པ་ཅན་གྱི་གང་ཟག་ཆོ་མོ་ལ། ཤད་འབྲུང་གང་དུ་འང་མ་

བཞུད་སྒོ་ཉལ་ཡོད། ཁ་ཡི་ཆེ་ལ་འདས་གྲོང་ཡོད་མ་ཡིན། ཁྱེད་ལྷན་མི་འདི་  
 མཐུན་ན་པད་འབྱུང་རེ། ཞེས་དང་། གནས་ལུགས་དོན་དམ་གྱི་ལྷ་བ་མཛོན་སུམ་  
 རྟོགས་པ་ཡང་དད་པ་ཁོ་ན་ལ་རག་ལས་ཏེ། མདོ་ལས། སྤྱི་འདི་སྤྱོད་དམ་པ་ནི་  
 དད་པས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ཁོ་ན་ལོ། ཞེས་སོ། སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་དངོས་ལ་གསུམ།  
 ཀུན་སྒྲོང་གི་བྱུང་པར། སྐྱབས་སུ་འགོ་བའི་ཚུལ། བསྐྱབ་བྱ་དང་པན་ཡོན་བསྟན་  
 པའོ། ཁྱེད་པོ། ཀུན་སྒྲོང་ལ་འདུག་སུམ། དང་པོ། རང་རྩ་སོང་གསུམ་གྱི་སྤྱུག་  
 བསྐྱལ་ལ་སྐྱག་ནས་མཐོ་རིས་ལྷ་མའི་བདེ་བ་ཅམ་དོན་དུ་གཉེན་ནས་དཀོན་མཆོག་  
 གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་ནི་འབྲས་སུ་གནས་སྐབས་ཀྱི་བདེ་བ་ཅམ་ལས་མེད་  
 པས་ན་སྐྱེས་སུ་ཆུང་དུའི་སྒོ་ཞེས་བྱ། གཉིས་པ། ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་གནས་  
 གང་དུ་སྐྱེས་ཀྱང་སྤྱུག་བསྐྱལ་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པར་ཤེས་ནས་རང་ཉིད་གཅིག་སུ་  
 ཞི་བདེ་དོན་དུ་གཉེན་ནས་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་ནི་འབྲས་སུ་རང་ཉིད་འཁོར་བ་ལས་  
 ཐར་ཅམ་ལས་མེད་པས་སྐྱེས་སུ་འབྱིང་བོ་ཞེས་བྱ། གསུམ་པ་དེ་གཉིས་ཀའི་བསམ་  
 པས་མ་ཡིན་པར་ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་དྲིན་བསམ་གྱི་མི་བྱབ་པས་བསྐྱུངས་  
 པའི་མཁའ་མཉམ་གྱི་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱུག་བསྐྱལ་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་ཀྱིས་  
 རྟག་རྒྱ་མནར་བ་འདི་རྣམས་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ་སྤྱུག་བསྐྱལ་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོ་  
 ལས་བསྐྱལ་ཏེ་འབྲས་སུ་རྣམ་མཁུན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལྷུང་དུ་ཐོབ་པར་བྱ་  
 པའི་ཆེད་དུ་བདག་སྒྲུ་མ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་སྐྱེས་པའི་སྤྱིང་  
 རྗེས་གཞན་དོན་ལ་དམིགས་ནས་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་ནི་སྐྱེས་སུ་ཆེན་པོའི་ལམ་བསོད་  
 རམས་ཆད་མེད་པའི་འཇུག་དོགས་ཡིན་ལ། དེ་ལྷ་སུའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྒོས་སྐྱབས་  
 སུ་སོང་བའི་པན་ཡོན་ནི། རིན་ཆེན་ཐེང་བ་ལས། སེམས་ཅན་ཁམས་ནི་ཆད་མེད་  
 པ། རིན་འདོད་དེ་ནི་དེ་འདྲའོ། ཞེས་པ་ལྷར་སྐྱེས་སུ་ཆེན་པོའི་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པར་  
 བྱའོ་སྐྱེས་པས་ཀུན་སྒྲོང་འཆོས་པ་གལ་ཆེའོ། །  
 གཉིས་པ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བའི་ཚུལ་ནི། སུན་མོང་ཐེག་པའི་ལུགས་ལ་དཀོན་མཆོག་



གསུམ། རྩོམ་པ་ལམ་གྲོགས་སུ་མོས་ཏེ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་དང་། ཐུན་མིན་གསང་  
སྒྲགས་སྤྱིའི་ལྷགས་ལ། རྩོམ་གསུམ་སྒྲམ་ལ་འབུལ། ཡི་དམ་ལ་བརྟེན། མཁའ་འགོ་  
ལ་གྲོགས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བྱས་ཏེ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་དང་། ཐབས་མཆོག་དོ་རྩིང་པོའི་  
ལྷགས་ལ། ཅ་སྐྱལ་སྐྱར་བརྟེན། རྒྱུ་ཡོངས་སྐྱར་སྐྱངས། ཐིག་ལེ་ཆོས་སྐྱར་དག་  
པའི་སྐྱར་ལམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་དང་། མཐར་ཐུག་གནས་ལྷགས་དོ་རྩིང་སྐྱབས་  
འགོ་ནི། སྐྱབས་ལུ་དམ་པའི་ཐུགས་རྒྱུད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་སྐྱ་གསུམ་དབྱེར་མེད་ཀྱི་  
བདག་ཉིད་རང་རྒྱུད་ལ་བསྐྱབ་བྱར་བྱེད་ཅིང་ལ་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་དེ་ལྟ་བུའི་གནས་  
ལ་འདྲིས་པར་བྱས་ནས་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་ཡིན་ཅིང་། དེ་ལ་འདྲ་ཀུན་རྫོང་དང་དོན་  
དམ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལྟར་ན།

རང་ཉིད་འདུག་པའི་ས་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་རབ་རྒྱ་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་རིན་པོ་ཆེ་སྣ་  
ཆོགས་ལས་གྲུབ་པའི་ས་གནི་མནན་ན་ནེམ་པ། བརྟེགས་ན་འཕར་བ། མཛེས་ཤིང་  
ཡིད་དུ་འོང་བ་མེ་ལོང་གི་དོས་ལྟར་འཇམ་པ། ཞིང་གི་བཀོད་པ་ཆོད་མེད་པའི་དབུས་  
སུ་རང་གི་མདུན་དུ་དཔག་བསམ་ཕྱོན་ཤིང་སྤོང་པོ་ཡལ་ག་ལྟ་པ། ལོ་འདབ་དང་  
འབྲས་བུ་སྐྱ་སྐྱ་ཆོགས་པ་ཕྱོགས་ཀུན་རྒྱ་རྒྱས་པས་བར་མཆོམས་ཐམས་ཅད་རིན་  
པོ་ཆེ་དང་དར་སྣ་ཆོགས་ཀྱི་བྱ་བ་དང་བྱ་བྱེད་དེའི་གཡེལ་རྩལ་བ་ཞོར་བུའི་ཡུ་བ་ཅན་  
རྒྱུད་གིས་བསྐྱོད་པས་རབ་རྒྱ་སྟན་པའི་སྐྱ་དབྱངས་སྐྱོགས་པ་དུ་མའི་འབྱུང་འབྱུལ་  
སྣ་ཆོགས་ཀྱིས་མཛེས་པར་བརྒྱན་པའི་དབུས་ཀྱི་ཡལ་གའི་སྤྱིང་དུ་སེང་གི་ཆེན་པོ་  
བརྒྱུད་ཀྱིས་བརྟེགས་པའི་རིན་པོ་ཆེའི་ཁྱི་སྣ་ཆོགས་པ་བླ་དང་ཉི་ཁྱའི་གདན་ཀྱི་སྤྱིང་  
དུ་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་དོ་བོ་དཔལ་མགོན་ཅ་བའི་སྒྲམ་  
རྣམ་པ་ {དཔལ་མགོན་སྒྲམ་མཁའ་བཙུང་པའི་དབང་པོའི་བཞེད་པ་ལྟར་ན་ཡོངས་སྤྱིད་རྫོགས་སྐྱ་  
ཡབ་ཡུམ་ཡིན་ལ། གང་ལྟར་མོས་ཀྱང་ཆོག་མཚན།} ཨོ་རྒྱན་དོ་རྩིང་འཆང་ཆེན་པོ་སྐྱ་མདོག་  
དཀར་ལ་དམར་པའི་མདངས་ཆགས་པ། ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས། ཞབས་རྒྱལ་པོ་  
རོལ་པའི་སྐྱབས་སུ་བཞུགས་པ། ཕྱག་གཡས་གསེར་ཀྱི་དོ་རྩིང་ཅེ་ལྟ་བུ་སྐྱ་གསུམ་གའི་

ཐད་དུ་བསྐྱེགས་པའི་རྒྱལ་གྱིས་འཛིན་ཅིང་གཡོན་མཉམ་བཞག་གི་སྟེང་ན་ཀ་པ་ལ་  
 འཛི་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་རྩིས་བཀའ་བའི་དབུས་སུ་ཆོ་བམ་ལྷོན་གྱིང་གི་ཁ་རྒྱན་  
 ཅན་འཛིན་པ། སྐྱལ་ནང་ནས་རིམ་པར་དོ་རྗེའི་གསང་གོས་དཀར་པོ། འདྲང་མ་  
 དམར་པོ། ཐོད་ཆེན་མཐིང་ག་ ཆོས་གོས་དམར་པོ་གསེར་གྱི་ཉ་རི་ཅན། ཟེའོག་གི་  
 བེར་ཆེན་དབང་གི་མདོག་ཅན་རྒྱམས་བཙུགས་མར་མནལ་པ། དབུ་ལ་ {འདབས་  
 ལྷན་རིགས་ལྷ་མ། མཆན།} པད་ལྷག་སོལ་བ། ཡུམ་མཆོ་རྒྱལ་དཀར་མོ་གྱི་ཐོད་འཛིན་  
 པ་དང་མཉམ་པར་སྦྱར་བ། ཞལ་རང་ལ་ཕྱོགས་ནས་བཞུགས་པའི་སྟེང་ནས་ཡར་  
 ལ་རིམ་པར། བསྐྱོད་ {ཁོ་ཐོའི་བརྒྱད་པ་ལྷར་ན་བཀའ་འདྲིན་ཐོབ་སྤྱིའི་དབང་གིས། མཆན།}  
 གསལ་མདོ་སྐྱགས་གླིང་པ་སྤྱི་འགྱུར་པར་གྲུབ་ཀྱི་ཆས། ཕྱག་གཡམས་མཆོག་སྦྱར་དོ་  
 རྗེ་དང་བཅས་པད་སྟོང་རྩ་བུམ་པ། གཡོན་མཉམ་བཞག་དྲིལ་བུ་བཅས་པད་སྟོང་  
 པོད་རལ། ཨོ་རྒྱན་འཛིགས་མེད་ཆོས་ཀྱི་དབང་པོ་སྐྱེ་ཆས་གོང་ལྷར། ཕྱག་གཉིས་  
 ཆོས་འཆད་ཕྱག་རྒྱས་པད་སྟོང་པོད་རལ། འཛིགས་མེད་རྒྱལ་བའི་སྐྱེ་གྱུ་དོ་རྗེ་སྟོབ་  
 དཔོན་གྱི་ཆས་ཅན། ཕྱག་གཉིས་མཉམ་བཞག་གི་སྟེང་ན་གསེར་གྱི་འཁོར་ལོ།  
 རིག་འཛིན་འཛིགས་མེད་གླིང་པ་དཀར་ཆས་སྐྱེགས་རལ་ཅན་ཞབས་བྱེད་སྦྱིལ་ཕྱག་  
 གཡམས་མཆོག་སྦྱོན། གཡོན་གདན་བརྟེན་པད་སྟོང་པོད་རལ།  
 གློང་ཆེན་རབ་འབྱམས་བཟང་པོ་པར་གྲུབ་ཆས་ཞབས་སྦྱིལ་གྱུར། ཕྱག་གཉིས་སྤུས་  
 གནོན་རལ་བསོའི་ཕྱག་རྒྱ་ལས་གྲེས་པའི་པད་སྟོང་པོད་རལ། དེའི་སྟེང་དུ། དབུས་  
 སུ་ཆོས་རྒྱལ་བྱི་སྟོང་ལེའུ་བཅན་འཁོར་ལོས་སྦྱར་རྒྱལ་ཆས། ཕྱག་གཉིས་མཉམ་  
 བཞག་ལས་གྲེས་པའི་པད་སྟོང་པོད་རལ། དེའི་གཡམས་སུ་ལོ་ཆེན་བེ་རོ་རྩ་ན་པར་  
 གྲུབ་ཆས། ཕྱག་གཡམས་སྦྱབས་སྦྱོན། གཡོན་མཉམ་བཞག་པོ་དྲི། རྒྱལ་བའི་གཡོན་  
 དུ་མཁའ་འགྲོ་ཡེ་ཤེས་མཆོ་རྒྱལ་ལོངས་སྦྱོད་རྫོགས་པའི་ཆས། ཞབས་བཙུན་མོ་  
 རོལ་སྐྱབས། ཕྱག་གཡམས་མཆོག་སྦྱོན། གཡོན་ཀ་པ་ལ་བདུད་རྩིས་གང་བ་དཀྱར་  
 བརྟེན་པ། རྒྱལ་བའི་སྦྱི་བོར་ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེ་བསྐྱོད་འབར་ལྷར། དྲི་མེད་བཤེས་



གཉེན་ཕྱག་གཉིས་མཉམ་བཞག་ཐོད་པ་བདུད་ཅིས་གང་བ། རྩོམ་སྤྱོད་ཕྱག་གཡམ་  
སྐྱབས་སྒྱུན། གཡོན་མཉམ་བཞག་སྤྱི། སྤྱི་མེད་ཏེ་ཕྱག་གཡམ་རྩོམ་རྩོམ་དང་བཅས་  
བསྐྱགས་མཛུབ་ནམ་མཁར་གཏད་དེ། གཡོན་ཀ་ལྷ་ལ་དཀྱུར་བཏེན་པ། འཇམ་  
དཔལ་བཤེས་གཉེན་ཆོས་འཆད་ཕྱག་རྒྱས་སྤྱི། བཞི་གཏང་པཎ་གྲུབ་ཆས་ {ཐི་བྱ་  
རྩིང་བ་ལྷར་ཏེ་རྩ་ཁེ་ཚུལ་ཅན་བསྐྱོམ་ཀྱང་ཆོག་མཆོ།} ཅན། དགའ་རབ་རྩོམ་མཛོག་  
དཀར་པོ་སངས་རྒྱས་སྤྱལ་སྒྱུ་རི་ལྷ་བ་ཕྱག་གཉིས་ཆོས་འཆད། རྩོམ་སྤྱོད་ཐེ་མཉམ་དཔལ་  
སྤྱི་ལྷར། ཀྱན་ཏུ་བཟང་པོ་རྒྱན་མེད་ཡབ་རྒྱུད་རྣམས་སོ་སོའི་གོང་མའི་གདན་ལ་  
འོག་མའི་དབུ་མ་རིག་ཅམ་ཡེ་ཤེས་ལྷའི་རང་མདངས་མཁྱེན་བཅེ་རྣམས་པའི་འོད་དང་  
འོད་ཟེར་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དང་བཅས་ཐོ་བཅེགས་སྤྱོད་བཞགས་པར་བསྐྱོམ། དེའི་  
མཐའ་བསྐྱོར་དུ་ཡི་དམ་རྒྱུད་སྤྱི་བཞི་དུག་དང་དཔལ་པོ་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས་བསམ་  
གྱིས་མི་བྱུང་བས་བསྐྱོར་བ།

མདུན་གྱི་ཡལ་གའི་སྤྱིང་དུ་བཅོམ་ལྷན་འདས་རྒྱལ་བ་ཤུག་ཐུབ་པ་ལ་བསྐྱལ་བ་  
བཟང་པོའི་སངས་རྒྱས་སྤྱིང་སོགས་སྤྱོད་བཅེ་རྣམས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་རྣམས་  
གྱིས་བསྐྱོར་བ། ཐམས་ཅད་ཀྱང་མཆོག་གི་སྤྱལ་སྒྱུ་ཆངས་པར་སྤྱོད་པའི་ཆ་བྱེད་  
ཅན། དཔལ་གཙུག་ཏྲུང་དང་ཞབས་ལ་ལའོར་ལོ་སོགས་མཆོན་བཟང་པོ་སྤྱལ་ཏུ་  
ཅ་གཉིས་དང་དཔེ་བྱུད་བཟང་པོ་བརྒྱད་རྣམས་སྤྱི་བ། ཞབས་རྩོམ་སྤྱི་ལྷའི་ཀྱང་།  
ཕྱག་རིགས་ལྷ་སོ་སོའི་ཕྱག་རྒྱ་ཅན། རྩོམ་མཛོག་དཀར་པོར་དམར་ལྷའི་མཐོང་ག་  
གཡམ་གྱི་ཡལ་གའི་སྤྱིང་དུ་འཇམ་དབྱངས་ཕྱག་ན་རྩོམ་རྩོམ་གཞིགས་ཏེ་རྒྱལ་  
སྤྱི་རིག་གསུམ་མགོན་པོའི་ལའོར་དུ་ཏེ་སྤྱི་བརྒྱད་སོགས་བྱུང་སེམས་འཕགས་  
པའི་དགོ་འདུན་གྱིས་བསྐྱོར་བ། ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྩོམ་མཛོག་དཀར་པོར་དམར་ལྷའི་  
མཐོང་ག་ལོངས་སྤྱོད་རྩོམ་པའི་རྒྱན་གྱིས་མཛོམ་ཤིང་། ཞབས་མཉམ་པའི་  
སྤྱོད་གྱིས་བཞེངས་པ། གཡོན་གྱི་ཡལ་གའི་སྤྱིང་དུ་ཤུ་རེའི་བྱ་དང་མོ་ལྷའི་གྱི་  
བྱ་སྤྱོད་ཐོས་མཆོག་གཉིས་ལ་ཉན་རང་འཕགས་པའི་དགོ་འདུན་གྱིས་བསྐྱོར་བ།

ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྐྱེ་མདོག་དཀར་པོ། སྐྱེ་ལ་ཆོས་གོས་རྣམ་གསུམ་གསོལ་བ། ཕྱག་  
 ར་ལཔར་གསེལ་དང་ལྷུང་བཟེད་བསྐྱམས་པ། ཞབས་བཞེངས་སྟབས་ཅན། རྒྱུ་  
 གྱི་ཡལ་གར་ཆོས་དཀོན་མཆོག་ འོད་གྱི་དྲུ་མིག་གི་གློང་ན་གླེགས་བམ་བཅུགས་  
 པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཨུ་ལི་དང་ཀླ་ལིའི་རང་སྐྱོ་སྒྲོགས་པ། དེ་དག་གི་བར་མཚམས་  
 ཐམས་ཅད་ན་ཡེ་ཤེས་དང་ལས་ལས་གྲུབ་པའི་ཆོས་སྦྱོང་དམ་ཅན་རྒྱ་མཚོའི་ཆོགས་  
 གྱིས་བར་མེད་དུ་གང་བ། ཐམས་ཅད་ཀྱང་མཁྱེན་བཅུ་རྩུས་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་  
 དཔག་རྒྱ་མེད་པས་བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་རྗེས་སུ་བཅུ་ཞིང་། འདྲེན་  
 པའི་དེད་དཔོན་ཆེན་པོར་རང་མདོག་གི་འོད་དང་འོད་ཟེར་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་  
 དང་བཅས་མདོན་སུམ་ལྟར་བཞུགས་པར་བསམ། རང་གི་གཡས་སུ་སྐྱེ་བ་ད་མེས་  
 གྱི་ཡ། གཡོན་དུ་མ། མདུན་དུ་གང་གོད་གྱི་དག་བགེགས། མཐའ་བསྐྱོར་དུ་  
 ཁམས་གསུམ་རིགས་དྲུག་གི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ས་གཞིའི་ངོས་ལ་བྱོམ་ཆེན་པོ་  
 ཆོགས་པ་ལྟར་བདག་གཞན་འདུན་པ་གཅིག་པའི་སྒོ་ནས་ལུས་གྲས་པས་དངོས་  
 སམ་ཡིད་གྱིས་ཕྱག་འཆོལ། དག་གྲས་པས་སྐྱབས་འགྲོའི་ཆོག་བརྗོད་ཅིང་། ཡིད་  
 གྲས་པས་དུས་འདི་ནས་རི་སྒྲིབ་བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་པོའི་བར་དུ་བྲམ་ལ་འདྲེན་པ། ཡི་  
 དམ་དང་སངས་རྒྱུས་ལ་སྟོན་པ། ཆོས་ལ་ལམ། མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྦྱོང་དགེ་འདུན་  
 ལ་ལམ་གྱི་ལྷ་གོགས་ཞུ་བའི་ཚུལ་གྱིས་བདག་ཅག་རྣམས་བྱིད་ལ་རེ། བྱིད་ལ་  
 བརྟེན། བྱིད་ལ་འབུལ། བྱིད་ལས་གཞན་ན་སྐྱབས་གནས་མེས་མེད་པས་སྦྱིད་  
 སྐྱག་ལེགས་ཉེས་ཅི་མཛད་བྱིད་ཁོ་ན་མཁྱེན་སྣམ་པའི་མོས་གྲས་གདུང་བ་དྲག་པོས།  
 དཀོན་མཆོག་གསུམ་དངོས་བདེ་གཤེགས་རྩ་བ་གསུམ་༥ རྩ་རྒྱུད་ཐིག་ལའི་རང་  
 བཞིན་བྱང་ཆུབ་སེམས་༥ རོ་བོ་རང་བཞིན་ཐུགས་རྗེའི་དགྱིལ་འཁོར་ལ་༥ བྱང་ཆུབ་  
 སྒྲིང་པོའི་བར་དུ་སྐྱབས་སུ་མཆི་  
 ཞེས་དཔྱད་ཤེས་བག་ཡོད་དང་ལྡན་པའི་སྒོ་ནས་ཉམས་སུ་ལེན། དེ་ལྟར་སྐྱབས་སུ་  
 འགྲོ་བའི་ཆེ་རང་གི་ཡ་མ་གཡས་གཡོན་དང་དག་བགེགས་གཉིས་མདུན་དུ་བསྐྱོམ་

དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡིན་སྟེ། རང་རྩེ་གཤམ་པ་ཆེན་པོའི་སྒྲོ་རྒྱགས་པའི་  
གང་ཟག་རྣམས་ཀྱིས་མཐའ་ཡས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བྱམས་སྤྱོད་རྒྱུ་  
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྟོམས་པར་སྒྲོམ་དགོས་ལ། བྱང་པར་དུ་བསོད་ནམས་ཀྱི་  
ཆོགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་རྩོགས་ཤིང་དགེ་བའི་རྩ་བ་གང་བསགས་པ་ཐམས་ཅད་རྒྱུ་མི་བ་  
བའི་དགོས་པ་ཡོད་དེ། གྲུག་མཁའ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་ཞལ་ནས། འཆོ་བས་ཉེན་  
པས་ཆོས་དང་འཕྲད་པ་དེ། ཐར་ལམ་རྟེན་པས་གནོད་བྱེད་བཀའ་དྲིན་ཆེ། ལྷག་  
བསྐལ་ཡིད་བྱུང་ཆོས་དང་འཕྲད་པ་དེ། གཤམ་བདེ་རྟེན་པས་ལྷག་བསྐལ་བཀའ་  
དྲིན་ཆེ། མི་མིན་གནོད་པས་ཆོས་དང་འཕྲད་པ་དེ། འཛིགས་མེད་རྟེན་པས་འདྲེ་  
གདོན་བཀའ་དྲིན་ཆེ། མ་སོགས་སྤང་བས་ཆོས་དང་འཕྲད་པ་དེ། ལམ་བདེ་རྟེན་  
པས་སྤང་བྱེད་བཀའ་དྲིན་ཆེ། རྒྱུན་པར་དུ་གསོལ་ཆོས་དང་འཕྲད་པ་དེ། འཕྱར་  
མེད་ལམ་རྟེན་རྒྱུན་པར་བཀའ་དྲིན་ཆེ། གཤམ་གྱིས་བསྐལ་བས་ཆོས་དང་འཕྲད་  
པ་དེ། སྤྱིང་པོའི་དོན་རྟེན་བསྐལ་མཁན་བཀའ་དྲིན་ཆེ། མཉམ་དུ་དྲིན་གཟོ་དགེ་  
བ་དེ་ལ་བསྟོ། ཞེས་པ་ལྟར། ཆོ་འདིར་བཀའ་དྲིན་ཆེ་བ་དང་ཆོ་རབས་སྤྱི་མའི་པ་  
མའང་ཡིན་ཚུལ་འདྲ་བས་ན་སྒྲོམ་དགོས་གསུངས་སོ། །

མཐར་ཐུན་བསྐྱེད་པའི་ཆོ་སྤྱར་མོས་གྲུས་དུང་བ་བྱས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་སྐྱབས་ལུལ་ལྟ་  
ཆོགས་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་ལས་འོད་ཟེར་དཔག་ཏུ་མེད་པ་འཕྲོས་ཏེ། རང་གཤམ་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཐོག་པས་ཆོ་བསོད་དཔལ་འབྱོར་རྒྱས། ཉན་གདོན་སྤྲིག་སྤྲིབ་ཞི་  
ཞིང་ཐམས་ཅད་འོད་ཀྱི་རྣམ་པར་གྱུར་ནས་སྐྱབས་ལུལ་རྣམས་ལ་ཐིམ། སྐྱབས་  
ལུལ་རྣམས་ཀྱང་འོད་དུ་ཞུགས་དབུས་ཀྱི་སྤྱི་མ་སྐྱབས་གནས་གྲུག་འདུས་ལ་ཐིམ།  
སྤྱི་མ་དེ་ཡང་ཆོས་སྐྱོས་བྲལ་གདོད་མའི་རང་ལ་བསྐྱེད་པ་ནི་གྲུག་རྩོད་ཀྱི་རྣམ་པ།  
དེའི་རང་དུ་སེམས་བཅའ་བཅོས་མི་བྱ་བར་རང་བབས་སུ་ལྟོད་དེ་རྣམ་རྟོག་གི་འཕྲོ་  
འདྲུང་བྲལ་བར་ཅི་གནས་སུ་བཞག་པ་ནི། གཉིས་པ་དོན་དམ་ཡོངས་ཤེས་ཀྱི་  
སྐྱབས་འགྲོའོ། དེ་ལས་ལྷང་བའི་ཆེ། དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྐྱར་དུ་བདག་ ཁྲོན་

མཆོག་གསུམ་པོ་འགྲུབ་གྱུར་ནས། །འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ། །དེ་ཡི་ས་ལ་  
འགོད་པར་ཤོག། སོགས་བཞིན། །དེ་ཡང་ཁལ་སྤྱད་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར་ཐུན་ཏུ་བཅད་  
ནས་སྐྱབས་འགོ་འབུམ་ཐེང་ཁ་བསྐྱང་བཅས་འགོ་རེས་བྱ། །ཕལ་བ་ཡིན་ན་ཕྱག་  
འབུམ་ཐེང་དང་དུས་གཅིག་བྱས་ཀྱང་རུང་ངོ་། །རྒྱན་ཏུ་དན་ཤེས་དང་མ་བྲལ་བའི་  
དང་ནས་འོག་ཏུ་བཤད་པ་ལྟར་ལམ་ཁྱེར་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །གསུམ་པ་བསྐྱབ་  
བྱ་དང་ཡན་ཡོན་གཉིས་ལས། །དང་པོ་ལའང་གསུམ། སྤང་བྱ། བསྐྱབ་བྱ། ཆ་མཐུན་  
ནོ། །དང་པོ་སྤང་བྱ་ལའང་གསུམ། མདོ་ལས། གང་ཞིག་སངས་རྒྱས་སྐྱབས་འགོ་  
བ། །དེ་ནི་ཡང་དག་དགེ་བསྟེན་ཏེ། །ནམ་དུ་ཡང་ནི་ལྟ་གཞན་ལ། སྐྱབས་སུ་འགོ་  
བ་མ་ཡིན་ནོ། །དམ་པའི་ཆོས་ལ་སྐྱབས་འགོ་བ། །འཆེ་ཞིང་གཞོད་པའི་སེམས་དང་  
བྲལ། །འཕགས་པའི་དགེ་འདུན་སྐྱབས་འགོ་བ། །ལྷ་སྟེགས་ཅན་དང་འགྲོགས་མི་  
བྱ། །ཞེས་པ་ལྟར།

སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་ནས་འཁོར་བར་འབྱུངས་པའི་འཇིག་རྟེན་པའི་ལྟ་  
དེགས་པ་རང་རྒྱད་པ་སོགས་ལ་སྐྱབས་མི་ཆོལ། ཕྱག་མི་འཆོལ། ཆོས་ལ་སྐྱབས་  
སུ་སོང་ནས་སེམས་ཅན་ལ་འཆེ་བ་དངོས་སུ་ཅི་རྒྱས་སུ་སྤང་། མི་ལམ་དུ་གཞོད་འཆེ་  
བྱས་པ་མི་ནའང་བཤགས་སྟོམ་བྱ། །དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་ནས་གྲོགས་སུ་  
སྟེགས་ཅན་ཞེས་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་དང་སྟོན་པ་རང་གི་བླ་མ་ལ་མི་དད་པའི་ལྟ་  
སྟོད་ལོག་པའི་ལྟ་སྟེགས་པའི་རིགས་མཐུན་དང་མི་འགྲོགས། གཉིས་པ་བསྐྱབ་བྱ་  
ལའང་གསུམ། སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་ནས་སྤྱི་ཤེན་ཆག་དུམ་ཡན་ཆད་སངས་  
རྒྱས་དཀོན་མཆོག་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་དེ་གུས་པ་དང་བཀྲུ་སྟོན་བྱ། ཆོས་ལ་  
སྐྱབས་སུ་སོང་ནས་གསུང་རབ་ཡི་གེ་འབྲུ་གཅིག་ཡན་ཆད་ལ་ཆོས་དཀོན་མཆོག་  
དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བཞག་ནས་དད་གུས་བྱ། །དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་ནས་  
ལྟན་པ་སེར་བོ་ཡན་ཆད་རྟོག་པས་མི་རྒྱུ། བརྟན་བཅོས་མི་བྱ། །དད་པ་དང་དག་  
སྤང་བྱ། གསུམ་པ་ཆ་མཐུན་གསུམ་ལའང་། །ད་ལྟ་རང་ལ་བླང་དོར་གྱི་གནས་སྟོན་





པའི་སྤྲོ་མ་ལ། སངས་རྒྱལ་དགོན་མཆོག་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བཞག་ནས་ཐ་ན་སྤྲི་  
གི་བ་མ་ཙམ་ལ་ཡང་མི་འགོང་ཞབས་ཏྲིག་དང་བསྟེན་བཀྲར་ལ་འབད། སྤྲོ་མ་དམ་  
བ་དེའི་བཀའ་རྒྱུ་ལ་བཞུགས་དགོན་མཆོག་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བཞག་ནས་ཅི་  
གསུང་དང་དུ་སྤྲོ་མ་ཡང་མི་བཅག སྤྲོ་མའི་འཁོར་དང་སྤྲོ་མ་  
རང་གི་གོགས་ཚངས་པ་མཚུངས་པར་སྤྲོད་པ་རྣམས་ལ་དགོ་འདུན་དགོན་མཆོག་  
དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བཞག་ནས་ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་གྲུས་པས་བརྟེན་ཞིང་མི་མཉེས་  
བ་སྐད་ཅིག་མ་ཙམ་ཡང་མི་བྱུང། །ཁྱད་པར་གསང་སྤྲུགས་དོ་རྗེ་ཐེག་པའི་རྒྱུ་བས་  
ཡུལ་གྱི་གཙོ་བོ་སྤྲོ་མ་ཡིན་པས། སྤྲོ་མའི་རྒྱ་དགོ་འདུན། གསུངས་དམ་ཆོས་ལུགས་  
སངས་རྒྱལ་ དེ་བཞིན་དུ་སྤྲོ་སྤྲོ་མ་གསུང་ཡི་དམ། ལུགས་མཁའ་འགོ། སྤྲོ་སྤྲོ་མ་སྤྲོ།  
གསུང་ཡོངས་སྤྲོ། ལུགས་ཆོས་སྤྲོ། ཡོན་ཏན་ཞོར་ལྷ་གཏོར་བདག་སྤྲོ་ལས་ཆོས་  
སྤྲོད་སྤྲོད་མ་དང་བཅས་སྤྲོ་བས་གནས་ཀྱན་འདུས་ཀྱི་དོ་བོ་ཡིན་པ་ལ་ཡིན་ཚུལ་ཤེས་  
པའི་སྤྲོ་ནས་ཐག་བཅད། དེས་ཤེས་བསྐྱེད། སྤྲོད་སྤྲོད་སྤྲོ་མའི་གཏོར་ནས་ཁྱེད་  
ཤེས་ཀྱི་དང་འདུན་དང་ལྷན་པས་རྟག་ཏུ་གསོལ་འདེབས་ལ་འབད། གལ་ཏེ་རང་  
གི་སྤྲོ་གསུམ་གྱི་སྤྲོད་པས་ལུགས་སྤྲོད་དུང་ན་སྤྲོ་བས་ཡུལ་ཐམས་ཅད་དུས་ཅིག་ལ་  
སྤྲོད་འགོ་བ་ཡིན་པས་སྤྲོད་སྤྲོད་དང་ཞེ་བཅད་དུག་པོས་སྤྲོ་མ་མཉེས་པའི་ཐབས་ལ་  
དུས་དང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་འབད་པར་བྱུང། །

ཅི་མཛད་ཁྱེད་ཤེས་ཞེས་ཁ་ཙམ་གྱིས་མི་འོང། སྤྲོད་སྤྲོག་གཉིས་པོ་གང་བྱང་ཡང་སྤྲོ་  
མ་དགོན་མཆོག་གི་ལུགས་རྗེ་སྤྲོ་ཤེས་པས་ལམ་ཁྱེད་ལ་བསྐྱབ་དགོས་པས་འདི་ལྟར་  
འཛིག་རྟེན་འདིའི་བདེ་བ་དང་དགོ་བའི་དངོས་པོ་ཐ་ན་ཆ་བའི་དུས་སེར་བྱའི་དད་པ་  
ལ་མོ་ཙམ་ལྟར་བ་ཚུར་ཚད་སངས་རྒྱལ་གྱི་ལུགས་རྗེ་དང་བྱིན་རྒྱུ་བས་ཡིན་པར་གསུངས་  
གིང་། དེ་བཞིན་དུ་སྤྲོ་མས་ལ་དགོ་བའི་རྣམ་རྟོག་སྤྲད་ཅིག་མ་ཞིག་སྤྲོས་ན་འདྲ་  
སངས་རྒྱལ་གྱི་བྱིན་རྒྱུ་བས་ཁོ་ནའི་མཐུ་ཡིན་ཏེ། སྤྲོད་འདུག་ལས། རྗེ་ལྟར་མཚན་  
མོ་སྤྲོད་ནས་སྤྲོ་སྤྲོ་མ་ན། །སྤྲོག་འཕྲུ་སྤྲད་ཅིག་རལ་སྤྲད་སྤྲོད་པ་ལྟར། །དེ་བཞིན་

སངས་རྒྱལ་མཐུ་ཡིས་བརྒྱ་ལམ་ན། །འཛིག་རྟེན་བསོད་ནམས་སློ་གྲོས་ཐང་འགའ་  
འབྱུང་། །ཞེས་པ་ལྟར་པན་པ་དང་བདེ་བའི་དངོས་བོ་སྦྱིད་པ་ཅི་བྱུང་སྤྱུ་མ་དགོན་  
མཆོག་གི་ཐུགས་རྗེ་ཡིན་པར་ཤེས་པས་ལམ་ཁྱེར་བྱ་བ་དང་། རི་སྐད་དུ། བགས་  
ཆེན་མེ་འབར་རྒྱུད་ཆེན་གྲོགས་སུ་འགྱུར། །ཞེས་པ་ལྟར། བ་ཆ་དང་སྤྲུག་བསྐྱེལ་  
གདོན་བགེགས་ཀྱི་བར་ཆད་ལ་སོགས་པ་ཅི་ལྟ་བུ་བྱུང་ཡང་། སྤྱུ་མ་དགོན་མཆོག་  
གི་ཐུགས་རྗེས་རང་གི་ཆེ་རབས་སྤྱི་མཉེ་ཚོའི་འགྱུར་གྱི་ལས་རན་བྱུང་བའི་ཐབས་སུ་  
ཤེས་པས་ལམ་དུ་ཁྱེར་ཅིང་སྤྱིར་སྦྱིང་ནས་དད་པས་གསོལ་བ་འདེབས་པ་མ་གཏོགས་  
ཡོག་ལྟ་དང་དེ་དག་སེལ་བའི་ཐབས་གཞན་ལ་སློ་མི་གཏད། གལ་ཏེ་སྤྲུག་དབྱུང་  
དང་གཏོ་ཆོག་སོགས་ཁྱེད་དགོས་བྱུང་ན་ཡང་། དེ་དག་གྱུར་སྤྱུ་མ་དགོན་མཆོག་གི་  
ཕྱིན་ལས་ཡིན་པ་ལ་ཡིན་ཚུལ་ཤེས་པའི་ངེས་ཤེས་བསྐྱེད། གང་སྤྱད་བ་ཐམས་ཅད་  
སྐབས་ཡུལ་གྱི་རྣམ་ཤེས་ཏེ་ཤེས་པས་དད་པ་དང་དག་སྤྱད་སྤྱངས། ཐུགས་གཞན་  
དུ་དོན་གཉེར་ལ་སོགས་པར་འགོ་བའི་དུས་སུ་གར་འགྲོའི་ཐུགས་ཀྱི་སྤྱུ་མ་དགོན་  
མཆོག་ལ་ཐུག་འཆལ་ཏེ་འགོ། དུས་དང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་རང་གཞུང་ལྟར་རམ།  
ཡང་ན་ཐེག་པ་སྦྱིའི་སྐབས་འགོ། སྤྱུ་མ་ལ་སྐབས་སུ་མཆིའོ། །སངས་རྒྱལ་ལ་སྐབས་  
སུ་མཆིའོ། །ཆོས་ལ་སྐབས་སུ་མཆིའོ། །དགེ་འདུན་ལ་སྐབས་སུ་མཆིའོ། །

ཞེས་སྐབས་འགོ་བཞེས་ཏེ་དུ་གཤམ་པ་འདི་ཡི་དམ་དུ་བྱ། གཞན་ལ་ཡང་སྐབས་  
སུ་འགོ་བའི་བསྐྱེལ་པ་བརྗོད་ཅིང་སྐབས་འགོ་ལ་བཀོད་དེ་རང་གཞན་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་འདི་ཕྱིའི་སློ་གཏད་སྤྱུ་མ་དགོན་མཆོག་ལ་བཅའ་ཞིང་སྐབས་འགོར་འབད། ཉལ་  
བའི་ཆོ་ཆོགས་ཞིང་ལྟ་ཆོགས་སྦྱིང་དབུས་སུ་གསལ་བཏབ་སྟེ། དེ་ལ་སེམས་གཏད་  
དེ་གཉིད་དུ་འཇུག་པ་འཇམ། དེ་ལྟར་མ་རྩལ་ན་སྐབས་ཡུལ་དམ་པས་བདག་ལ་  
ཐུགས་རྗེ་བརྟེན་བས་ཉེ་བར་དགོངས་ཏེ་མངོན་སུམ་མགོ་བོ་བསྐྱེད་ཐུགས་ཀྱི་སྤྱུ་  
མགོར་ན་བཞུགས་ཡོད་སྤྱུ་མ་པས་ཡིད་ཁྱེད་ཤེས་ཀྱི་དད་པ་བརྟན་བའི་ངང་ནས་  
སྐབས་ཡུལ་གྱི་ཡོན་ཏན་རྗེས་སུ་དཔའ་བོ་ཐུག་པ་དང་མ་བྱལ་བས་གཉིད་ཡོག་ བཟའ་བཏུང་

བྱེད་པའི་ཆོ་ཡང་དགོན་མཆོག་གསུམ་མགྲན་པར་གསལ་ཏེ་བཟའ་བརྟུང་གི་རོམ་  
 མཆོད་པའམ། ཅི་ཟ་ཅི་འབྲུང་གི་ལུང་གིས་སྒྲ་མ་དགོན་མཆོག་མཆོད། དེ་བཞིན་དུ་  
 གོས་གསར་པ་ལྟ་བུ་གྲོན་ཆོ་ཡང་དང་པོ་སྒྲ་མ་དགོན་མཆོག་གསུམ་མཆོད་སྟམ་དུ་  
 ཅམ་མཁའ་ལ་འདེང་ཙམ་བྱ། སྒྲ་བཟོད་པ་དམ་པའི་གོས་སུ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་  
 ཏེ་དངོས་གྲུབ་ཏུ་བདག་ལ་གནང་བ་ཡིན་ལོ་སྟམ་དུ་བགོ་གཞན་ཡང་བྱི་རོལ་ཡུལ་  
 གྱི་རྣམ་པ་དངོས་པོ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཅི་དང་ཅི་མཐོང་ཡང་སྒྲ་མ་དགོན་མཆོག་མཆོད་  
 སྟམ་དུ་མོས་གུས་བྱ། རང་ལ་ཆོ་འདིའི་བདེ་སྦྱིད་སྟན་གྲགས་རྟེན་པ་ལ་སོགས་  
 འདོད་པ་ཅི་བྱུང་ཡང་སྒྲ་མ་དགོན་མཆོག་གི་ཐུགས་རྗེ་ཡིན། སྒྲ་མ་དགོན་མཆོག་  
 གསུམ་པོ་རང་མཆོད་སྟམ་པ་མ་གཏོགས་རང་མཐོང་གི་ར་རྒྱལ་མི་བྱ། བསྐྱེད་རྗེ་གས་  
 སོགས་དགེ་བའི་རྩ་བ་གང་འབྱུང་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྒྲ་མ་དགོན་མཆོག་ལ་མཆོད་  
 ཅིང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་བསྟེ་བ་བྱ། ཉ་སྟོང་དུས་དུག་སོགས་ལ་སྒྲ་མ་དགོན་  
 མཆོག་ལ་མཆོད་པ་ཅི་རྣམས་དང་། དུས་དང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་དྲན་གཤིས་དང་ལྡན་  
 པས་སྒོ་གཏད་སྒྲ་མ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་བཙོལ་ཁིང་སྐྱབས་འགོ་མི་བརྗེད་པར་  
 བྱ། དེ་ལྟར་བྱས་པས་མི་ལམ་དུ་འཛིགས་སྒྲག་ལ་སོགས་སྒྱུ་བའི་ཆོ་སྐྱབས་འགོ་བྱེད་  
 པ་བྱུང་ན་བར་དོར་ཡང་དེ་ལྟར་འབྱུང་བ་ཡིན་པས་དེ་ལྟ་བུ་མ་བྱུང་བར་དུ་འབད།  
 མདོར་ན་ཐར་པའི་ལམ་དུ་ཞུགས་ཤིང་ནང་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྗེས་འཇུག་ཞིག་ཡིན་  
 བྱིན་ཆད་སྐྱབས་འགོ་དང་སྐྱབས་འགོའི་བསྐྱབ་བྱ་སོག་ལ་བབ་ཀྱང་མི་འདོར་བ་  
 ཉམས་སུ་ལེན་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་ཕན་ཡོན་ནི། དེ་ལྟར་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞི་རྟེན་  
 ཡིན་ཏེ། གང་གི་སྐྱབས་སུ་སོང་བ་ཙམ་གྱི་ཐར་བའི་ས་པོན་ཐེབས་པ་དང་། མི་དགེ་  
 བའི་ཆོགས་ལས་རིང་དུ་བྱེད་ཅིང་། དགེ་བ་གོང་དུ་འཕེལ་བ་དང་། སྟོམ་པ་གསུམ་  
 ཀྱི་རྟེན་གཞི། ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་གནས་སུ་འབྱུར་བ་དང་། གནས་  
 སྐྱབས་སུ་ཡང་སྐྱབས་ཡུལ་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འཛིན་ཅིང་དཀར་ཕྱོགས་ཀྱི་ལྷ་རྣམས་

གྱིས་རྟག་ཏུ་བསྐྱེད་ཞིང་བསམ་པ་ཡིད་བཞིན་དུ་འགྲུབ་པ་དང་། དུས་རྟག་ཏུ་དཀོན་  
 མཆོག་གསུམ་གྱི་སྤྱང་བ་དང་མི་འབྲལ་ཞིང་ཆེ་རབས་བྲན་པ་དང་། འདི་ཕྱིའི་ཕན་  
 བདེ་མ་ལུས་འགྲུབ་པ་སོགས་ཕན་ཡོན་ཚད་ལས་འདས་པ་དང་། ཐ་ན་འང་སངས་  
 རྒྱས་ཞེས་པའི་མཚན་གྱི་སྐྱ་ཙམ་ཡང་ན་བར་ཐོས་པ་དང་། སྐྱ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་  
 གང་རིགས་ལ་འབྲེལ་བ་ཅུང་ཟད་བྱས་པས་ཀྱང་སེམས་ཙན་གྱི་རྒྱད་ལ་ཐར་པའི་ས་  
 བོན་ཐེབས་ནས་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་བདེ་འབྲས་ཐོབ་པ་སོགས་ཕན་  
 ཡོན་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་གསུངས་ཤིང་། མདོར་བསྟུན་ན། དྲི་མ་མེད་པའི་མདོ་  
 ལས། སྐྱབས་སུ་སོང་བའི་བསོད་ནམས་གང་། །གལ་ཏེ་དེ་ལ་གཟུགས་མཆིས་  
 བ། །ནམ་མཁའའི་ཁམས་ནི་ཀྱན་བཀའ་ཡང་། །དེ་ནི་དེ་བས་ལྷག་པར་འཕྱུར། །  
 ཞེས་དང་། སུམ་ཕྱིན་བསྟུས་པ་ལས། སྐྱབས་སོང་བསོད་ནམས་གཟུགས་མཆིས་  
 བ། །ཁམས་གསུམ་འདི་ཡང་སྟོད་དུ་རྒྱུང་། །རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་རྒྱ་ཡི་གཏོར། །ལུལ་  
 གྱིས་གཞལ་བར་ག་ལ་རུས། ཞེས་དང་། ཉི་མའི་སྤྱིང་པོའི་མདོ་ལས། སངས་རྒྱས་  
 སྐབས་སུ་སེམས་ཙན་སུ་འགྲོ་བ། །བདུད་རྣམས་བྱེ་བས་བསད་པར་མི་རུས་ཏེ། །  
 རྒྱལ་ཁྲིམས་ཉམས་ཤིང་སྟོན་འབྲུགས་ཟེན་ཀྱང་། །དེ་ནི་ངེས་པར་སྐྱེ་བའི་པ་རོལ་  
 འགྲོ། ཞེས་སོགས་ཕན་ཡོན་ཚད་མེད་དོ། །དེ་ལྟར་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བའི་གནས་འདི་  
 ལ་ཐོས་བསམ་སྟོམ་པས་ནན་ཏན་དུ་བྱ་དགོས་སོ། །ལམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞི་རྟེན་  
 སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བའི་ཁྲིད་ཀྱི་རིམ་པའོ། །

གཉིས་པ་ཐེག་ཆེན་བྱང་རྒྱལ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཁྲིད་ལ་གསུམ། ཚད་མེད་  
 བཞིའི་སྟོ་སྐྱེད་པ། བྱང་རྒྱལ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ། སྟོན་འབྲུག་གི་བསྐྱབ་བྱ་བཟུང་  
 བའོ། །དང་པོ་ནི། སྦྱིར་བྱམས་སྦྱིང་རྗེ་དགའ་བ་བཏང་སྟོམས་ཞེས། ཐོག་མར་  
 བྱམས་པ་ནས་སྟོས་ཀྱང་། ལམ་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཆོ། དང་པོ་བཏང་སྟོམས་ཚད་  
 མེད་མ་སྐྱེད་ན་བྱམས་པ་དང་སྦྱིང་རྗེ་རྟོགས་རིས་ཙན་དུ་འགྲོ་ཉེན་ཡོད་པས་བཏང་  
 སྟོམས་སྦྱོར་དུ་སྐྱེད་དགོས། དེ་ཡང་། སྟོབ་དཔོན་ཡིན་མུ་ཉིས། ས་དང་མ་རུ་མ་



གྱུར་པ་འི། ཁེམས་ཅན་གང་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། ཞེས་པ་ལྟར། བཏང་སྟོམས་ཚད་  
མེད་ནི་ཆགས་སྤང་ཞི་འདོད་ཀྱི་སྒོ་ཡིན་པས། མཁའ་མཉམ་གྱི་སེམས་ཅན་པ་མར་  
མ་གྱུར་པ་གཅིག་གྲང་མེད་པར་ཐག་བཅད། དག་གཉེན་བར་མ་གསུམ་ཆགས་  
སྤང་དང་གཏི་མུག་བཏང་སྟོམས་སུ་མ་སོང་བར་དམ་པ་གོང་མའི་རྣམ་ཐར་བཞིན་  
དག་གཉེན་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་བལྟ་བར་བྱའོ་སྟམ་དུ་བསམ་ཞིང་། དང་པོ་རང་གི་  
ཡིད་དང་མི་མཐུན་པའི་ཞེ་སྤང་སྒྲུ་ཡུལ་གང་ཡིན་དེ་ལ་དམིགས་ཏེ་ཆོ་རབས་སྤྲུ་མའི་  
པ་མ་ཡིན་ཚུལ་དང་དག་གཉེན་སོགས་རེ་མོས་སུ་གྱུར་པ་གངས་ཀྱིས་མི་ཆོད། ད་  
ལྟ་ཡང་འབྲུལ་སྤང་བདེན་ཞེན་འདུས་བྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྐད་ཅིག་ཅམ་ཡང་  
མི་ཉག་པར་འགྱུར་པའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པས་གཞོན་ཡུན་བྱང་བས་མ་ཟད་བཏགས་ན་  
དྲིན་ཆེ་བ་ཡིན་ཏེ། ཀྱན་མཁུན་འཛིགས་མེད་གླིང་པས། དགས་ལོག་བསྐྱབ་བྱས་  
གྲང་ཐུགས་དམ་གྱི་བོགས་འདོན། གཤམ་མ་ཉེས་ཁ་ཡོགས་དགོ་སྒྲོར་གྱི་ལྷག་  
འདེབས། འདི་ཆགས་ཞེན་འཛིག་པའི་སྒྲུ་མ་རུ་འདུག་པས། ཁྲིའི་དྲིན་ལན་ལའོར་  
མཐའ་མེད་པ་རུ་གཟིགས་མཛོད། །

ཅས་པ་ལྟར་དང་། མ་འོངས་པ་ནའང་དེ་ལྟར་དུ་འགྱུར་ངེས་པ་སོགས་ཐབས་དུ་  
མའི་སྒོ་ནས་རང་བཞིན་གྱི་སེམས་ཅན་བར་མ་རྣམས་དང་བྱད་མེད་མ་བྱུང་བར་སྒོ་  
སྦྱངས། དེ་ནས་བར་མ་རྣམས་གྲང་ཡང་དེ་ལྟར་དག་གཉེན་ངེས་མེད་དུ་མ་གྱུར་པ་  
གཅིག་གྲང་མེད་པའི་ཚུལ་ལ་སྒོ་སྦྱངས་པས་ཆགས་སྤང་བར་མའི་སྒོ་རན་གཏན་  
ནས་སྦྱངས་ཤིང་ཐམས་ཅད་པ་མ་རུ་གྱུར་པ་མེད་པས་བཏང་སྟོམས་ཆེན་པོའི་སྒོ་  
ངེས་ཤེས་མ་སྒྲེས་བར་དུ་སྒོ་མ་དགོས། རང་བཞིན་དུ་དག་གཉེན་གང་ལ་ཡང་ཆགས་  
སྤང་མི་སྒྲུབ་པ་ཅམ་ནི། བན་མེད་གཞོན་མེད་གཏི་མུག་བཏང་སྟོམས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ་  
བཏང་སྟོམས་ཚད་མེད་ཀྱི་གོ་མི་ཆོད། བཏང་སྟོམས་ཚད་མེད་དྲང་སྟོང་གིས་མགྲོན་  
འབྱེད་པ་ལྟ་བུ་ཞེས་དཔེར་ན་དྲང་སྟོང་རྣམས་ཀྱིས་མགྲོན་འབྱེད་པའི་ཆོ་བཟང་རན་  
ཐམས་ཅད་ལ་བྱད་མེད་པར་འབྱེད་པ་དང་མཚུངས་པར། བམ་མཁས་གར་བྱབ་གྱི་

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཉེ་རིང་ཆགས་སྒྲུབ་གཉིས་དང་བུལ་པའི་སྤྱིང་རྗེ་ཆེན་པོའི་  
 ཡུལ་དུ་ཐམས་ཅད་མཉམ་ཞིང་སྟོམས་པར་རྩལ་ཡང་ཡང་སྤྲུངས་དགོས་སོ། །དེ་  
 བས་བྱམས་པ་ཆད་མེད་ནི། དེ་ལྟར་བཏང་སྟོམས་ཆེན་པོའི་སྒྲོ་སྤྲུང་བས་ཡུལ་སེམས་  
 ཅན་རིས་སྤྲུལ་ཆད་པ་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་ལྡན་འདོད་ཀྱི་ལ་བྱུང་པའི་བྱམས་  
 པ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན་ཁ་ཁྱེད་ལ་མས་སྤྱིང་ཆོ། སྤྱིང་སྤྱིང་ལ་ལོག་  
 སྤྱིང་ལ་ལྟར་བྱས་ན་འདྲ་དཀའ་ཆོག་ཀྱང་དེ་བས་དེ། སྤྱིང་བདེ་ཞིང་སྤྱིང་པའི་  
 ཐབས་ལ་རྒྱུ་རྩ་བཅོམ་པ་ལྟར། དེས་སམ་བརྒྱུད་དེ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འདི་  
 རྩི་ཀྱན་རྩ་བདེ་ཞིང་སྤྱིང་པའི་ཐབས་ཁོ་ན་ལ་འབད་དགོས། ལར་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱིས་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་། སྤྱིང་བསྐྱེད་མི་འདོད་མོད་ཀྱང་། ཐབས་ལ་མི་མཁས་  
 བས་བདེ་སྤྱིང་གི་རྒྱ་གོ་ལོག་རྩ་བསྤྱིང་པ་འདི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་རང་སོ་སོའི་ཞེ་  
 འདོད་ལྟར་བདེ་སྤྱིང་ཁོ་ན་བྱུང་ན་ཅི་མ་རུང་སྤྱིང་ལྟར་ཡང་ཡང་བསྐྱེད། སེམས་ཅན་  
 བདེ་སྤྱིང་ཅན་མཐོང་ཐོས་ཆེ་ན་འདྲ་རང་ལ་བདེ་སྤྱིང་འབྱོར་བ་དང་ཁྱད་མེད་མ་བྱུང་  
 བར་སྒོ་སྤྲུང་། དེ་བཞིན་དུ་མདོ་སྟེ་ལས། བྱམས་པའི་ལུས་ཀྱི་ལས་དང་། བྱམས་  
 པའི་དག་གི་ལས་དང་། བྱམས་པའི་ཡིད་ཀྱི་ལས་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ལུས་དག་  
 ཡིད་གསུམ་གྱིས་སེམས་ཅན་ལ་གཞོད་འཆེ་མེད་པའི་བྱམས་པ་ལ་བསྐྱེད་པར་བྱ་  
 དགོས་ཏེ། སྤྱིང་འཇུག་ལས། མིག་གི་སེམས་ཅན་བཟླ་ན་ཡང་། །འདི་དག་ཉིད་ལ་  
 བརྟེན་ནས་བདག་ཁངས་རྒྱས་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེས། །དངས་གིང་བྱམས་པའི་  
 རྩལ་གྱིས་བཟླ། །

ཞེས་པ་ལྟར་མིག་གིས་སེམས་ཅན་གཞན་ལ་བཟླ་ན་ཡང་། འཇུམ་ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་  
 པའི་རྩལ་ལས། སྒྲུབ་མིག་སོགས་ཁོ་བའི་རྩལ་གྱིས་མི་བཟླ། དག་གིས་ཀྱང་གཞན་  
 རྒྱད་གསོད་དང་སྤྱིང་འབྱེད་ཟུར་བཟོགས་དགོས་པའི་དབང་གིས་མ་གཏོགས་དག་  
 གི་མི་དགོ་བ་བཞི་སྤྲུང་། བདེན་པ་དང་སྤྱིང་པ་སོགས་སྤྱིང་། ཡིད་ཀྱིས་ཀྱང་གཞན་  
 ལ་གཞོད་སེམས་སྤྲུང་ལ་ཐལ་ཅི་ཐོག་བྱ་ཞིང་དེའི་བཟང་ལན་འོང་དུ་རེ་བ་དང་།



གཞན་གྱིས་རང་ལ་བཟང་པོར་མཐོང་ཐབས་ཀྱི་ཚུལ་འཆོས་བྱེད་པ་སོགས་སྒོ་སྒྲིང་  
 ཐོ་ཅོ་རུ་ཤོར་བའི་བྱ་བ་མ་ཡིན་པས། སྒྲིང་ཐག་པ་ནས་གཞན་ལ་ཕན་འདོད་ཀྱི་  
 བསམ་སྒྲུབ་ལ་ནན་ཏན་ཏུ་བྱ་བ་དང་། བདག་གིས་ཆེ་བསམ་ཐམས་ཅད་རྟེ་སེམས་  
 ཅན་གཞན་གྱི་ཐ་ན་བ་སྒྲུའི་ཁུང་ལུ་གཅིག་ཅུ་མ་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པར་མ་གྱུར་ཅིག་  
 ཕན་པ་དང་བདེ་བ་བདག་གཅིག་ཤུ་ཁོ་ནས་བསྐྱབ་རྩས་པར་གྱུར་ཅིག་སྒྲུམ་དུ་ནམ་  
 པ་ཀུན་ཏུ་སྒོམ་ལམ་གདབ། དངོས་སུ་རང་ལ་བསྐྱེན་པའི་སྒོ་ཁྲི་ཡན་ཆད་དང་པ་མ་  
 བློ་ཁོག་སོགས་ལ་མནར་སྤང་མི་བྱ། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་བྱམས་པར་  
 བྱ། བྱམས་པ་ཆད་མེད་བྱམས་བྱེད་གསོ་བ་ལྟ་བུ་ཞེས། བྱམས་བྱེད་གསོ་བའི་ཆོ།  
 དང་པོ་ཆང་འཇམ་ཞིང་བདེ་བར་བཅའ། དེ་ནས་གཤོག་པས་བཀའ། རྟོད་ལ་བཅར།  
 སྒྲིད་ལམ་ཐམས་ཅད་འཇམ་པོའི་སྒོ་ནས་བྱེད་དེ་འཕུར་མ་སོང་བར་དུ་སྒྲིང་བ་དང་  
 འདྲ་བར། ཁམས་གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་མ་རྒྱས་ཀྱི་བར་དུ་བདག་  
 གིས་ཐབས་རི་ལྟ་བུ་སྒོ་ནས་བདེ་བ་དང་ཕན་པར་བྱ་སྒྲུམ་པ་སྒོམ་ཞིང་ཀུན་ལ་  
 ཁྱབ་པའི་བྱམས་པ་ཆེན་པོའི་ཅུལ་སྒྲུང་ངོ་། །

དེ་ནས་སྒྲིང་རྩི་ཆད་མེད་ནི། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་འདོད་  
 ཀྱི་སྒོ་ཡིན་པས། དང་པོ་སྐྱག་བསྐྱེད་དུག་པོས་མནར་བའི་སེམས་ཅན་གང་ཞིག་མི་  
 བློ་ཅན་ཐར་མེད་ཀྱི་བཙོན་དོར་དུ་བཅུག་ནས་བྲིམས་ཀྱི་ཆད་པ་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱིས་  
 ཏྲག་ཏུ་མནར་ཞིང་སྐྱག་བསྐྱེད་པ་ལྟ་བུ་འཇམ། ཤན་པའི་མདུན་སར་དུད་འགྲོ་འཆི་ག་  
 མ་ལྟ་བུའི་སེམས་ཅན་སྐྱག་བསྐྱེད་དུག་པོས་གདུང་བ་ཞིག་སྒོ་ཡུལ་དུ་བསམ་པ་འཇམ་  
 མཐོང་ཐོས་བྱུང་ཆོ། དེ་ལ་རང་ཉིད་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་བཞག་སྟེ། ད་ཅི་བྱེད་བྲོས་  
 ས་དང་གཤམ། སྐྱབས་དང་སྒྲོབ་པ་ནི་མི་འདུག དུས་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་ཆོ་འདིའི་སྤང་  
 བ་དང་བྲལ་ཏེ་གཞན་ལྟ་ཅི་གཅེས་པར་བསྐྱངས་པའི་ལུས་ཀྱང་ཤུལ་དུ་བཞག་ནས།  
 ཆོ་སྤྱི་མར་འགྲོ་དགོས་པ་འདི་ཡ་རེད་སྒྲུམ་པ་ལ་སོགས་དེ་དག་གི་སྐྱག་བསྐྱེད་རང་  
 ཐོག་ཏུ་སྒྲངས་ནས་འཇིགས་ཐིང་ཐིང་གི་སྤྱང་བ་མ་བྱུང་བར་སྒོ་སྒྲིང་། ཡང་སེམས་

ཅན་དེ་རང་གི་ཆོའདིའི་དྲིན་ཅན་གྱི་མ་ཆུན་དེ་དངོས་སུ་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་བཞག་  
 ལ། ཉེས་པ་སྤྱུ་ཙམ་མེད་བཞིན་ངའི་ཨ་མ་སྤྱག་བསྐལ་འདི་ལྟ་བུ་དང་བཅས་ནས་  
 གསོད་ན་ཨ་མ་ལ་ན་ཆ་དང་སྤྱག་བསྐལ་ཅི་ལྟ་བུ་ཡོད། ཨ་མ་སྤྱག་བསྐལ་ལས་སྤྱར་  
 ཏུ་ཐར་བ་ཞིག་མི་བྱེད་རེ་སྟེ་མ་དུ་སློ་སྤྱང་། སྟིང་མི་བཟོད་པ་ལྟ་བུའི་སྟིང་རྗེ་སྟེ་སྟེ་  
 ཆོ་དམིགས་མེད་ཀྱི་རང་དུ་བཞག་ལ་ངལ་བསོ། ཡང་ད་ལྟའི་དག་རུ་གྱུར་བ་དང་  
 བར་མའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་དུས་གསུམ་གྱི་ཡ་མ་རུ་མ་གྱུར་པ་ནི་གཅིག་ཀྱང་  
 མེད་ལ། གྲངས་ནི་ནམ་མཁས་གར་བྱབ་ཁམས་གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན་གྱིས་བྱབ་  
 ཡོད་ཅིང་། སེམས་ཅན་དེ་དག་ལ་ལ་འབྲས་བུ་ངན་སོང་གསུམ་གྱི་སྤྱག་བསྐལ་  
 ཉམས་སུ་སྤོང་བ་ནག་ཅན་བཙོན་དོང་དུ་ཆུད་པ་ལྟ་བུ། ལ་ལས་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་རྒྱ་  
 ཁོན་ལག་རྒྱ་ལེན་པ་ནི་གན་པའི་འདུན་སའི་སེམས་ཅན་གསོད་ཁ་མ་ལྟ་བུ་སྟེ་སྤྱག་  
 བསྐལ་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་ཀྱིས་རྟག་རྒྱ་མནར་བ་འདི་རྣམས་སྟིང་རེ་རྗེ། འདི་ཐམས་  
 ཅན་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ་སོ་སོའི་ལས་སྤྱང་གི་སྤྱག་བསྐལ་འདི་ལས་བདག་གཅིག་  
 དུས་བསྐལ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལ་སྤྱར་དུ་དགོད་པར་རྟུས་ན་ཅི་མ་རུང་། དེ་ལྟར་  
 རྟུས་པ་ཞིག་སྤྱུ་མ་དགོན་མཆོག་ཁྱེད་མཁྱེན་སྟེ་མའི་གསོལ་འདེབས་དང་སྟོན་ལམ་  
 སྟིང་ནས་འབད། དེ་ལྟར་སྤྱི་འབྲམས་གོ་ཡུལ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་རིམ་ཅན་དང་སྟེ་ལ་  
 མར་རང་སྟོར་གང་འབྱོད་ལྟར་ཉམས་སུ་ལེན། དངོས་སུ་ད་ལྟ་རང་ལ་བརྟེན་པའི་  
 ཏུད་འགྲོ་སྤྱག་བསྐལ་གྱིས་མནར་བ་དྲིན་ཆེན་འདི་རྣམས་ལ་དཔུལ་བ་དང་འདྲ་བའི་  
 སྤྱག་བསྐལ་དུ་མ་གཏང་ནས། དེ་དག་ལ་སྤྱག་བསྐལ་ཡོད་སྟེ་མའི་སྤྱང་བ་ཙམ་  
 ཡང་མི་བྱེད་པར་ཁ་ནས་སེམས་ཅན་སྟིང་རེ་རྗེ་ཟེར་བ་འདི་རྣམས་བརྟགས་ན་རང་  
 རྒྱུད་ན་སྟིང་རྗེ་རྩ་བ་ནས་མེད་པའི་སྟོན་ཡིན་ལ། ཁྱད་པར་དུ་ཆེད་དུ་བསང་བའི་  
 སྟེ་ག་ཟས་དམར་ཆོག་དེད་ནས་ཕྱེ་གཏོར་འགམ་པ་རྣམས་ནི་བྱམས་སྟིང་རྗེའི་རྩ་བ་  
 ཆད་པའི་རིགས་ཅན་མདོ་སྤྱགས་གཉིས་ཀ་དང་འགལ་བའི་སྟེ་ག་པ་གཞན་གྱི་དོད་  
 མིན་པ་ནི་བྲིད་ཡིག་ཀྱང་བཟང་སྤྱུ་མའི་ཞལ་ལྷང་སོགས་ལས་ཤེས་ལ། ཐེག་ཆེན་





བརྒྱལ་ཞུགས་སྤྱོད་པ་འབྲེལ་ཚད་དོན་ལྷན་རྒྱལ་ཁྱི་མ་གཏོགས་སོ། །  
 ལྷ་སྤྱོད་ཟུང་འཇུག་སྤྱོད་པ་དུས་ཚོད་དང་འབྲེལ་བ་ཞེས། ལམ་གྱི་ཚོས་དང་རང་  
 རྒྱུད་ཞུད་ག་ཐེར་ངེས་ཐ་དད་དུ་མ་སོང་བ་ཞིག་ནི་ཡ་གི་རྩོགས་པ་ཆེན་པོ་ནལ་དུ་  
 འབྱོར་བ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་མེད་ཐབས་མེད་ཡིན་པས་དུས་དྲུག་ཏུ་དམན་པའི་ས་བཟུང་།  
 རྒྱལ་པོའི་གོས་གྱོན། བཟང་རན་རབ་འབྱིང་ཐམས་ཅད་གོང་དུ་བཀྲུ། སེམས་ཅན་  
 ལ་དངོས་བརྒྱད་ནས་པན་ཅི་ཐོག་བྱེད་ཅིང་བྱམས་སྒྲིང་རྗེ་གཉིས་པོ་འདི་ངེས་པར་  
 རྒྱུད་ལ་སྒྲིས་རུས་ན་དེ་པས་གཞན་དགེ་སྦྱོར་སོགས་གང་ཡང་མ་འབྲུབ་ཀྱང་རུང་སྟེ།  
 ཚོས་ཡང་དག་པར་སྤྱད་པའི་མདོ་ལས། སངས་རྒྱལ་ཐོབ་པར་འདོད་པས་ཚོས་མང་  
 པོ་ལ་བསྐྱབ་པར་མི་བཀྱི་ཡི། ཚོས་གཅིག་ལ་བསྐྱབ་པར་བཀྱི་འོ། །དེ་གང་ཞེ་ན་  
 སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོ་འོ། །གང་ལ་སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་དེ་ལ་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཚོས་ཐམས་  
 ཅད་ལག་མཐིལ་དུ་ཡོད་པ་ལྟར་འགྱུར་རོ། །  
 ཞེས་པ་ལྟར། སྒྲིང་རྗེ་བསྐྱོམ་པ་དེ་ཡང་མ་ལག་རྣམ་མའི་སྤྱུ་སྤྱུ་ཁུར་བ་ལྟ་བུ་ཞེས།  
 མ་ལག་པ་མེད་པ་ཞིག་གི་སྤྱུ་སྤྱུ་ཁུར་ན། སྤྱུ་བསྐྱལ་དྲག་པོ་གས་མི་བཟོད་པར་  
 འོ་དོད་འཕོད་ཅིང་རྒྱགས་པ་ལས་གཞན་བྱ་ཐབས་བྲལ་བ་དང་འབྲུ་བར་ཁམས་  
 གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱུ་ག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་པོས་ཁུར། འཕོར་བའི་རྒྱ་  
 མཚོར་བྱིང་བ་རྣམས་ལ་གས་མི་བཟོད་པའི་སྒྲིང་རྗེ་སྤྱེ་ཡང་རང་ལ་སྤྱུ་ག་བསྐྱལ་ལས་  
 རྒྱོབ་པའི་རུས་པ་ནི་མེད། ད་ཅི་བྱེད་སྤྱུ་དུ་སྒྲིང་ཐག་པ་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་སྤྱུ་ག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ལས་བདག་གཅིག་སྤྱུ་ག་བསྐྱལ་རུས་པའི་སྤྱུ་གས་རྗེ་དང་  
 བྱིན་རྒྱབས་མ་རྒྱུང་། སྤྱུར་དུ་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་པར་མཛད་དུ་གསོལ་སྤྱུ་མ་པས་སྤྱུ་  
 མ་དགོན་མཚོག་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་ཤིང་རང་གཞན་ཐམས་ཅད་སྤྱུ་མ་དང་མི་ལམ་  
 ལྟ་བུ་ཡིན་ཚུལ་གས་པའི་སྤྱོད་ནས་ཉམས་སྤྱུ་བྱངས་ཤིང་མཐར་མི་དཔེགས་པའི་རང་  
 དུ་མཉམ་པར་བཞག་གོ། །དེ་ནས་དགའ་བ་ཚད་མེད་ནི། གཞན་ལ་སྤྱུ་ག་དོག་དང་  
 འགཅན་སེམས་ཞི་འདོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཡིན་པས། གང་ཞིག་རིགས་རུས་སྤྱོད་པས་འབྱོར་མང་འ་

ཐང་སོགས་མཐོ་རིས་ཀྱི་བདེ་སྲིད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་དམིགས་ཡུལ་དུ་བྱས་ལ། ད་  
 སྤང་འདི་བས་ཀྱང་མངོན་མཐོའི་དཔལ་གྱིས་འབྱོར་ཞིང་། འཆོ་བ་མེད་པ། ཤེས་  
 རབ་ཆེ་བ་ལ་སོགས་སུན་སུམ་ཚོགས་པ་དུ་མས་འབྱོར་བར་ཤོག་ཅིག སེམས་ཅན་  
 གཞན་རྣམས་ཀྱང་འདི་ལྟ་སྤེལ་བདེ་སྲིད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཕྱད་ན་ཅི་མ་རུང་སྒྲུམ་  
 པའི་སྒོ་སྤྱང་། དེ་ཡང་དང་པོ་གང་ལ་སྒྲེ་སྒྲེ་བའི་ཡུལ་རང་གི་མཛའ་བཤེས་སོགས་  
 དང་། དེ་ནས་རང་བཞིན་གྱི་སེམས་ཅན་བར་མ་རྣམས་དང་། དེ་ནས་མ་རོལ་དགྲ་  
 སྤང་ལྟ་སྤྲུག་དོག་གི་གནས་སུ་གྱུར་པ་ལ་དམིགས་པ་སོགས་རང་སྤོར་གང་འཕྲོད་  
 རིམ་ཅན་དང་སྤེལ་མར་ཉམས་སུ་ལེན་ཅིང་། མདོར་ན་གཞན་འབྱོར་སུན་ཚོགས་  
 ལ་མི་བཟོད་པའི་འགུན་སེམས་དང་སྤྲུག་དོག་གི་སྤོངས་དྲུངས་ནས་ཕྱད་ས་བ་ཞིག་  
 དེས་པར་དགོས་ཏེ། རྒྱལ་སྤྲུལ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་རྣམས་ཀྱིས་ལག་ལེན་གྱི་  
 སྒྲིང་པོ་སེམས་ཅན་གནས་སྒྲུབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་བདེ་བའི་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་དང་  
 ལྡན་པའི་ཐབས་ཁོ་ནའི་མཛད་པ་ཅན་ཡིན་པས། བདག་གིས་གཞན་གྱི་བདེ་སྲིད་  
 དང་ཡོན་ཏན་ལ་མི་དགའ་བར་བལྟས་ན་དེ་བས་སྤྲུག་པ་འཛིག་རྟེན་ན་ཅི་ཡོད་སྒྲུམ་  
 པས་དུས་རྟག་དུ་གཞན་ལ་ཡོན་ཏན་དང་མཐུན་རྒྱུན་ཅི་ཙམ་འབྱོར་བ་ལ་སྒྲིང་ཐག་  
 པ་ནས་དགའ་བ་སྒྲོམ་ཞིང་། ད་དྲུང་ཡང་འདི་ལས་ལྷན་པའི་སུན་སུམ་ཚོགས་པ་  
 ཞིག་ཕྱད་ན་ཅི་མ་རུང་སྒྲུམ་དུ་སྒྲིང་ཐག་པ་ནས་བསྒྲོམ་ལ་མཐར་དམིགས་མེད་གྱི་  
 རང་དུ་བཞག་གོ།

དགའ་བ་ཆད་མེད་པ་རྩ་མོང་གིས་རེའུ་སྒྲོར་ནས་རྟེན་པ་ལྟ་བུ་ཞེས། རྩ་མོང་དེ་  
 སེམས་ཅན་གཞན་ལས་ཀྱང་སྤེལ་ལྷན་པར་བརྟེན་པ་ཡིན་པས་དེའི་རེའུ་དེ་སྒྲོར་ན་  
 དེ་ཙམ་གྱི་ཕྱ་ངན་ཆེ་ཞིང་། གལ་ཏེ་རྟེན་པ་ན་དེ་ཙམ་གྱི་དགའ་བྱོད་ཡོད་པ་དེ་ལྟ་བུ་  
 ལ་བསྐྱབ་དགོས། དེ་ལྟར་ཆད་མེད་པ་བཞི་པོ་དེ་དག་ནི་མཐར་ཐུག་སྒྲུབ་ཞིའི་ས་  
 པོན་དོན་དམ་བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་མཚན་ཉིད་པ་རང་རྒྱུད་ལ་སྒྲེ་བའི་རྒྱུ་མོར་བ་  
 ཡིན་པས་ཅི་ནས་ཀྱང་རྒྱུད་ལ་མ་སྒྲེས་བར་དུ་བསྒྲོམ་དགོས་ཏེ། ཀུན་མཁྱེན་འཛིགས་



མེད་གྲིང་བས། བསམ་པ་བཟང་ན་ས་དང་ལམ་ཡང་བཟང་། །བསམ་པ་ངན་ན་ས་  
དང་ལམ་ཡང་ངན། །ཐམས་ཅད་བསམ་པ་དག་ལ་རག་ལས་པས། །རྟག་ཏུ་བསམ་  
པ་བཟང་ལ་འབད་བར་བྱ། །ཞེས་པ་ལྟར། བསམ་པ་བཟང་པོར་བསྐྱབ་པའི་ཕན་  
ཡོན་ནི་ཆོ་འདིར་ཡང་དཀར་ཕྱོགས་ཀྱི་ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱར་ཞིང་སངས་རྒྱས་དང་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབས། །གང་བསམ་ཀྱི་དོན་ཐམས་  
ཅད་གོགས་མེད་ཡིད་བཞིན་དུ་འགྱུར་བ་དང་། ཅི་བྱས་དགོ་བར་འགྱུར་ཞིང་འཆི་ཁ་  
གནད་གཅོད་མི་འབྱུང་། བྱི་མ་ལྷ་མའི་བདེ་སྐྱིད་ལ་ཡོངས་སྤྱོད་ཅིང་། མཐར་ཐུག་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་མངོན་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་པས་རྟག་ཏུ་བསམ་པ་བཟང་པོ་ལ་  
བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་སེམས་བསྐྱེད་དངོས་ལ། སློ་སྟོབས་ཀྱི་ཁྱད་པར་གྱིས་  
དབྱེ་ན་གསུམ། དང་པོ་སྟོན་ལ་རང་ཉིད་ཐར་བར་བྱས་ནས་འགྲོ་བ་གཞན་དེའི་གོ་  
འཕང་ལ་འགོད་པར་འདོད་པ་དེད་དཔོན་ལྷ་བྱའམ་རྒྱལ་པོ་ལྷ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད།  
གཉིས་པ་རང་དང་གཞན་ལྷན་ཅིག་ཐར་བར་འདོད་པ་དེ་མཉན་པ་ལྷ་བུའི་སེམས་  
བསྐྱེད། གསུམ་པ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་རང་ཉིད་ཐར་  
བ་འདོད་པར་མི་བྱེད་པ་ནི་རྩི་བོ་ལྷ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་ཅེས་སོ། །ས་མཚམས་ཀྱིས་  
དབྱེ་ན། ཚོགས་སྦྱར་གྱི་ལམ་ན་མོས་པ་སྦྱོད་པའི་སེམས་བསྐྱེད། ས་དང་པོ་ནས་  
བདུན་པའི་བར་ལ་ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་གི་སེམས་བསྐྱེད། དག་པ་ས་གསུམ་ན་  
རྣམ་པར་སྦྱིན་པའི་སེམས་བསྐྱེད། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་སྦྱིབ་པ་སྤྱང་པའི་སེམས་  
བསྐྱེད་དང་བཞིའོ། །

སེམས་བསྐྱེད་རང་གི་ངོ་པོས་དབྱེ་ན་ཀུན་རྫོབ་དོན་དམ་གཉིས་ཡོད་དེ། སྦྱོད་འཇུག་  
ལས། འགྲོ་བར་འདོད་དང་འགྲོ་བ་ཡི། །བྱེ་བྲག་རི་ལྷར་ཤེས་པ་ལྟར། །དེ་བཞིན་  
མཁས་པས་འདི་གཉིས་ཀྱི། །བྱེ་བྲག་རིམ་བཞིན་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་པ་ལྟར། དང་  
པོ་། གང་ཞིག་སྤྱོགས་ག་ཤེད་དོན་གཉེར་ལ་འགྲོ་བར་འདོད་དེ་ཐག་བཅད་པ་ལྷ་བུ་  
གོང་བརྟན་ཆོད་མེད་བཞི་སྟོན་སེམས་དང་། དངོས་སུ་ལམ་དུ་ཞུགས་ནས་འགྲོ་



བཞིན་པ་ལྟ་བུ་འཆད་འགྲུར་གྱི་པ་ལོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དུག་ལ་དངོས་སུ་བསྐབ་པ་ནི་  
 འཇུག་སེམས་ཏེ། སྒོན་འཇུག་གཉིས་ཀ་ཀྱན་རྫོབ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཡིན་ཞིང་།  
 ཆོག་ས་སྒྲོར་གྱི་ལམ་དུ་དེ་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་ལ་བརྟེན་ནས་ཡུན་རིང་པོར་སྒོ་  
 སྐྱངས་པའི་མཐུ་ལས། མཐོང་ལམ་དུ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་ལུགས་དེ་བཞིན་  
 ཉིད་སྒྲོས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་མངོན་སུམ་དུ་  
 ཉོག་ས་པ་ནི་དོན་དམ་པའི་སེམས་བསྐྱེད་དུ་འདོད་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་ཀྱན་རྫོབ་སེམས་  
 བསྐྱེད་ཆོག་ལས་ཐོབ་དགོས་པ་དང་། དོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་སྒྲོམ་སྟོབས་ཀྱིས་  
 ཐོབ་པར་འདོད་ལ། འདིར་ལས་དང་པོ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ། ཆོག་ལྟར་ལེན་ཚུལ་  
 སེམས་བསྐྱེད་འཕོག་ཆོག་བྱ་བ་ནི། འཕོག་ {ཁྱིད་རྒྱས་པའི་སྐབས་ཉིན་དང་པོ་འཕོག་ཆོག་  
 རྒྱས་པ་དང་། ཉིན་གཉིས་པ་ལ་འཕོག་ཆོག་འབྲིང་བསྐྱས་གང་འཆོམ་དང་ཉམས་ལེན་དངོས་བཤད་  
 བ་བདེ། མཆན། ཆོག་གཞན་ལྟར་དང་། དེ་ལྟར་ཐོབ་པའི་སེམས་བསྐྱེད་དེ་མི་ཉམས་  
 ཤིང་གོང་དུ་འཁོལ་བའི་ཕྱིར་རྒྱན་ཏུ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ནི། མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་  
 སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་དབང་པོར་སྐབས་འགྲོའི་ཆོག་ས་ཞིང་སྒྲར་གསལ་གདབ། འདི་  
 ལྟར་ནམ་མཁའི་མཐས་ཁུབ་པའི་སེམས་ཅན་འདི་ཐམས་ཅད་དུས་གསུམ་གྱི་པ་མ་  
 རུ་མ་གྲུར་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད་ལ། དྲིན་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བས་བསྐྱར་བའི་མ་དྲིན་  
 ཅན་འདི་དག་ཐམས་ཅད་སོ་སོའི་ལས་ཀྱིས་བདེ་སྟག་སོགས་སྟ་ཆོག་ས་སྟ་སྟར་བ་  
 བདེན་མེད་འབྲུལ་བ་རྒྱ་ཁྲིའི་རྩལ་རིས་ཀྱིས་རྟག་ཏུ་བསྐྱས་ཤིང་། འཁོར་བ་སྟག་  
 བསྐལ་གྱི་རྒྱ་མཚོར་བར་མེད་ལྟ་བུ་རྒྱ་ཆུང་དུ་འབྱམས་པའི་སྐབས་བྲལ་མགོན་མེད་  
 ཀྱི་འགྲོ་བ་འདི་རྣམས་སྟག་བསྐལ་མཐའ་དག་ལས་བསྐལ་ཏེ། རང་རྟེན་འོད་གསལ་  
 བདེ་བ་ཆེན་པོའི་དབྱིངས་སུ་དལ་བསོ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་ཆོད་མེད་པ་བཞི་ཡི་རང་  
 རྣམ་བུར་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དེ་སྟོན་གྱི་རྒྱལ་སྐས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དབའ་  
 རྣམས་ཀྱི་མཛད་སྟོན་རྒྱབས་པོ་ཆེ་ལ་བསྐབ་ནས། འཁོར་བ་ན་སེམས་ཅན་གཅིག་  
 ཀྱང་མི་གནས་པར། དེ་ཙམ་དུ་བཙོན་འགྲུས་བརྩམ་པར་བགྱིད་དོ་སྙམ་པའི་དམ་



བཅའ་དང་ལྡན་པས།

རྟེན་སྒྲུབ་ཆོག་པ་བརྒྱུད་ཀྱི་རྩོན་འགྲོ་གྱིས་འཁོར་བ་ལུ་གྱུ་རྒྱུད་དུ་འབྱུངས་པའི་  
 འགྲོ་རང་རིག་འོད་གསལ་དབྱིངས་སུ་རལ་བ་སེའི་ཕྱིར་ཆད་མེད་བཞི་ཡི་རང་  
 བས་སེམས་བསྐྱེད་དོ་ཞེས་ཅི་རིགས་སུ་བརྗོད་མཐར། ཆོག་པ་ཞིང་ལ་མོས་གུས་  
 ཏུང་བ་ཞིག་བྱས་པས་འོད་དུ་ཞུགས་རང་ལ་ཐིམ་པའི་རྩོན་གྱིས་དེ་དག་གི་ཐུགས་  
 རྒྱུད་ན་བཞུགས་པའི་དོན་དམ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རང་རྒྱུད་ལ་ལྷང་གིས་སྒྲིས་པར་  
 བསམ་ལ་སེམས་རང་བབས་ཅི་གནས་སུ་བཞག་མཐར། བྱང་ཆུབ་སེམས་དང་མི་  
 འབྲལ་ཞིང་། བྱང་ཆུབ་སྦྱོང་ལ་གཞིལ་བ་དང་། ཁངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་  
 བརྒུང་ཞིང་། བདུད་ཀྱི་ལས་རྣམས་སྦྱོང་པར་ཤོག བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་རྣམས་  
 ཀྱིས་ནི། འགྲོ་དོན་ཐུགས་ལ་དགོངས་འགྲུབ་ཤོག ཁལོན་པོ་ཡིས་ནི་གང་དགོངས་  
 པ། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་འང་དེ་འབྱོར་ཤོག ཅེས་སོགས་སྦྱོན་ལམ་དང་།  
 འཇམ་དཔལ་དཔལ་པོ་སོགས་ཀྱིས་བསྒྲོ་བ་བྱ། དེ་ལྟ་བུའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་  
 འདི་ནི། རྒྱལ་བས་ཆོས་སྒྲོ་བརྒྱུད་ཁྱི་བཞི་སྟོང་གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟིང་པོ་  
 དྲིལ་བ། ཡོད་དེས་ཆོག་མེད་ཐབས་ཆགས་ཀྱི་གདམས་པ། ཉན་བརྒྱ་སྟན་གཅིག  
 སྟན་དཀར་པོ་ཆིག་ཐུབ་ལྟ་བུ་གཞན་ཆོགས་བསགས་སྒྲིབ་སྦྱངས། ལྟ་བུ་སྒྲོམ་  
 ཐུགས་བརྒྱུ་བ་སོགས་ཆོས་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
 ཡོད་བཞིན་ཀྱི་ནོར་བུ་འདི་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་བའི་ཐབས་སུ་གསུངས་པ་ཡིན་གྱི། བྱང་ཆུབ་  
 ཀྱི་སེམས་ལ་མ་བརྟེན་པར་སོ་སེའི་ལམ་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་མི་རུས།  
 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་འདི་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་ན་ཆོས་གང་བསྐྱུབ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་  
 རྒྱུར་འགྲོ་བ་ཡིན་པས་འདི་ལ་ཉམས་ལེན་གྱི་མཐིལ་བྱ། རང་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 ཀྱི་མན་ངག་སྟོན་པའི་སྒྲུ་མ་དེ། ཆོས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་འཇུག་པ་པོ་ཡིན་པས།  
 གདམས་ངག་གཞན་སྟོན་པ་བརྒྱ་སྟོང་ལས་བཀའ་དྲིན་ལྷག་པར་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། །  
 དེ་ལྟར་སེམས་བསྐྱེད་པ་དེ་ཡང་། སེམས་མཆོག་བསྐྱེད་པ་མི་གཙོ་སྦྱེ་བ་གཙོ། ཞེས་

བ་ལྟར། ཁ་བཤད་དང་ཡིན་ཡོ་ཙམ་དུ་མི་བཞག་པར། བུམས་སྟིང་རྗེ་བྱང་ཚུབ་གྱི་  
 སེམས་རང་རྒྱད་ལ་སྟེ་ངེས་བྱ་དགོས། རོན་སེམས་ཐོག་ཏུ་མ་སྒྲངས་པར་སེམས་  
 བསྐྱེད་འབྲུམ་ཐུག་མང་པོ་བཏོན་ཀྱང་སྟིང་པོ་དེ་ཙམ་མོ། །གསུམ་པ་བསྐྱབ་བྱ་  
 བསྟན་བ་ལ། སྟོན་འཇུག་གི་བསྐྱབ་བྱ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལའང་། བདག་གཞན་  
 མཉམ་པ། བརྗེ་བ། བདག་པས་གཞན་གཅིས་སྒྲོམ་པ་དང་གསུམ། དང་པོ་བདག་  
 གཞན་མཉམ་པ་བསྒྲོམ་པ་ནི། རང་གིས་བདེ་སྦྱིད་འདོད་པ་དང་། སྟུག་བསྐྱལ་མི་  
 འདོད་པ་དེ་བཞིན་དུ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་འདོད་ལུགས་མཉམ་པས།  
 སེམས་ཅན་བདེ་བ་དང་ལྷན་ཅིང་སྟུག་བསྐྱལ་དང་བྲལ་ཐབས་དངོས་བརྒྱད་ནས་  
 ཉམས་སུ་ལེན། བདག་གཞན་ཆགས་སྒྲུང་གི་སྟོང་ན་བྱུང་ནས་བྱུང་སྟེ་བདག་གཞན་  
 མཉམ་པ་ཉིད་དུ་བསྟར་བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་བདག་གཞན་བརྗེ་བ་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་ནི། སྟུག་བསྐྱལ་གྱིས་གདུང་  
 བའི་སེམས་ཅན་དངོས་སུ་མཐོང་བའམ་མིན་གྱང་རང་གི་མདུན་དུ་དམིགས་ལ།  
 རང་གི་དབུགས་སྦྱིར་རྒྱ་བའི་ཆོ། བདག་གི་བདེ་བ་དང་ལེགས་པ་ལུས་ལོངས་སྦྱོང་  
 དག་བའི་ཅུ་བ་དང་བཅས་པ་གོས་ཐུད་དེ་གཡོག་པ་ལྟར་ཁོ་ལ་སྦྱིན། ཁོ་ལ་སྟུག་  
 བསྐྱལ་ཅི་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་རང་ཉིད་ཀྱིས་དང་དུ་སྒྲུང་བར་བསམ་པ་དང་ལྷན་ཅིག་  
 དབུགས་ནང་དུ་རྒྱབ། དེ་ཉིད་བདེ་བ་དང་ལྷན་སྟུག་བསྐྱལ་དང་བྲལ་བར་བསམ་  
 བའི་གཏོང་ལེན་སེམས་ཅན་གཅིག་ནས་རིམ་པར་མཐའ་ཡས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་ལ་སྒྲོམ། དག་ཏུ་ཡང་། སྦྱིད་ན་དགོ་ཆོགས་འགོ་ལ་བསྟོ། །ལན་བདེ་ཡིས་ནས་  
 མཐའ་གང་བར་ཤོག །སྟུག་ན་ཀྱང་གྱི་སྟུག་བསྐྱལ་ཁུར། །སྟུག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་མཆོ་  
 སྒྲོམ་པར་ཤོག །ཅིས་སོགས་གསུང་བྱིན་རྒྱབས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་བརྗོད། དེ་ལྟར་  
 རང་སོས་དལ་དུ་ཡོད་དུས་བྱུན་ཤེས་དང་ལྷན་པའི་སྒྲོ་ནས་བདེ་སྟུག་གི་རྣམ་པ་ཐ་  
 རགས་གང་སྒྲུང་ཐམས་ཅད་བག་ཉལ་དུ་མ་ཤོར་བར་སྟོ་སྒྲུངས་ནས་ལམ་དུ་ཁྱེར་  
 དགོས། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པས་རང་ལ་ན་ཆོ་སོགས་སྟུག་བསྐྱལ་བྱུང་དུས་དེ་ལ་ཕན་དུ་



རེ་ནས་སློ་སྦྱང་མདོག་ནི་བདག་འཛིན་གྱི་སྟོན་མ་སློ་སྦྱང་ལྟ་ཡོག་ཏུ་ཤོར་བ་ཞེས་  
ལམ་དུ་འགྲོ་དགའ་གསུང་བས་རྟག་ཏུ་ཉམས་སུ་ལེན། དངོས་སུ་རང་ལ་མི་འདོད་  
པའི་སྟག་བསྐྱལ་ན་ཆ་སོགས་བྱུང་བའི་ཆོན་འདི་ལྟ་བུའི་སྟག་བསྐྱལ་སྦྱང་བའི་སེམས་  
ཅན་དུ་མ་འཛིག་རྟེན་ན་ཡོད་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་སྦྱིང་རེ་རྩེ། དེ་ཐམས་ཅད་གྱི་  
སྐལ་པ་བདག་ལ་སྦྱིན་ཞིང་། དེ་དག་ཐམས་ཅད་སྟག་བསྐྱལ་དང་བྱལ་བདེ་བ་དང་  
ལྷན་པར་ཤོག་ཅིག་སྟམ་དུ་སྦྱིང་ཐག་པ་ནས་བསྐྱོམ། རང་ལ་བདེ་བ་དང་སྦྱིད་པ་ལ་  
སོགས་པ་བྱུང་ན། བདག་གི་བདེ་དགེ་འདིས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བར་གྱུར་  
ཅིག་སྟམ་དུ་བསྐྱོམ། དེ་ལྟར་བདག་གཞན་བརྟེན་བྱུང་ཆུབ་གྱི་སེམས་འདི་ནི་ཆོས་  
ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་ཞུགས་པ་ཐམས་ཅད་གྱི་བསྐྱོམ་བྱ་མཐར་བུག་གི་སྦྱིང་པོ་  
མ་ཞོར་བ་ཡིན་པས། འདི་ལན་གཅིག་རྒྱུད་ལ་སྦྱོས་པས་ཀྱང་བསྐྱལ་བ་མང་པོའི་  
སྟོན་སྦྱིབ་འདག་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་གྱི་ཆོགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་རྣམས། རན་སོང་  
རན་འགོ་ཡོག་པར་ལྷུང་བའི་སྒྲི་གནས་ལས་ཐར་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་  
བདག་བས་གཞན་གཅེས་པར་བསྐྱོམ་པ་ནི། བདག་འཁོར་བར་གནས་ནས་རན་  
སོང་དུ་སྒྲི་བྱང་། མི་འདོད་པའི་ཉམས་ཉེས་ཅི་བྱུང་ཡང་བཟོད་པར་བྱ་ཡི། སེམས་  
ཅན་གཞན་གྱི་སྟག་བསྐྱལ་བདག་ལ་སྦྱིན་པར་ཤོག་ཅིག་བདག་གི་བདེ་བ་དང་དགེ་  
བ་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་ལ་རྣམས་པར་ཤོག་ཅིག་སྟམ་དུ་ཞེ་ཐག་པ་ནས་བསམ་  
ཞིང་དམིགས་མེད་གྱི་རང་དུ་བཞག་གོ། །བདག་གཞན་ཐམས་ཅད་སྦྱུ་མ་དང་མི་ལམ་  
ལྟ་བུ་ཡིན་ཆུང་ཤེས་དགོས་སོ། །

དོན་གཉིས་པ་འབྲུག་པའི་བསྐྱབ་བྱ་པ་ལོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་བྱག་ནི། སྦྱིན་པ་ཆུལ་སྦྱིམས་  
བཟོད་པ་བརྩོན་འགྲུས་བསམ་གཏན་ཏེ་ཐབས་སྟོགས་གྱི་པར་ཕྱིན་ལྟ་དང་། ཤེས་  
རབ་ཡེ་ཤེས་གྱི་ཆོགས་ཏེ་བྱག་ཡིན་ལ། དང་པོ་སྦྱིན་པའི་པར་ཕྱིན་ལ་གསུམ། ཟང་  
ཟིང་དང་། ཆོས་དང་། མི་འཛིགས་པ་སྦྱབས་གྱི་སྦྱིན་པའོ། །དང་པོ་ཟང་ཟིང་གི་  
སྦྱིན་པ་དེ་ལ་འང་ནང་གསེས་སུ་གཏོང་བ་དང་། གཏོང་བ་ཆེན་པོ། ཤིན་ཏུ་གཏོང་བ་

གསུམ་ཡོད། དང་པོ། གཏོང་བ་ནི་ཟས་ཁམ་གཅིག་ཙམ་ཡན་ཆད་འབྱོར་ཆོད་དང་  
བསྐྱེད་པའི་དངོས་པོ་ལན་དང་རྣམ་སྤྲིན་ལ་རེ་བ་མིན་པའི་གཏོང་སེམས་དང་ལྷན་  
པས་ནོར་རྗེས་ལ་ཆགས་ཞེན་དང་སེར་སྤྲུལ་མེད་པའི་མཆོད་སྤྲིན་ལ་འབད། གཉིས་  
པ། གཏོང་བ་ཆེན་པོ་ནི། རྒྱལ་བུ་འཇིག་རྟེན་དབང་རྒྱལ་གིས་ཡབ་རྒྱལ་པོའི་  
དཀོར་མཛོད་ཐམས་ཅད་དང་། རང་གི་སྒྲིམ་དང་བཅས་པ་སྤྲིན་པ་བྱིན་པ་ལྟར་དང་།  
གསུམ་པ། ཤིན་ཏུ་གཏོང་བ་ནི་རྒྱལ་པོ་བྱམས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་གནོད་སྤྲིན་གྱི་ཟ་  
སྤྲིན་ལྟ་ལ་སྤྲུལ་སྤྲིན་པ་སོགས་ཡིན་ཀྱང་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་དབང་ཐོབ་པའི་  
དུས་མ་གཏོགས་ད་ལྟ་དེ་འདྲ་མཆོད་ཉིད་པ་མི་འོང་བས། ལག་ཏུ་ལེན་བྱ་ལུས་སྤྲིན་  
དང་གཏོང་སེམས་ལ་གོམས་པར་བྱ་ཞིང་། མ་འོངས་པར་དེ་ལྟར་གཏོང་ནུས་པའི་  
སྤྲིན་ལམ་བཟང་པོ་གདབ། བྱང་པར་དུ་དཔེན་པར་བརྟེན་པའི་སྟོང་བ་བསམ་གཏན་  
པ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྲིན་པ་ཐབས་ཆག་མི་དགོས། གཟུངས་སྤྲུགས་དང་ཏིང་པོ་འཇིག་གི་  
མཐུས་ཚུ་ཐིགས་དང་ནས་འབྱུང་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་ཡི་དྲགས་གང་གྱའི་ཀྱང་གི་བྱེ་མ་སྟེད་  
མང་པོ་ལ་ཕན་ཐོགས་པར་འགྱུར་བས། རྒྱ་སྤྲིན་ལ་འབད། དཀར་དམར་གི་གསུར་  
བསྟོས་པས་ཀྱང་མཁའ་ལ་རྒྱ་བའི་ཡི་དྲགས་ལ་ཕན་པ་ལྷག་པར་ཆེ་ཞིང་འགོ་བའི་  
སྟོག་དབྱགས་འབྟོག་པའི་མི་མ་ཡིན་རྣམས་གནས་སྐབས་དྲི་གསུར་གི་ཟས་ཀྱིས་  
ཆོམས་པ་དང་། ཆོས་ཀྱི་སྤྲིན་པས་རྒྱུད་གྲོལ་བ་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་ཅན་  
གི་སྟོག་སྟོབ་པར་ངས་པས། རོན་ལ་སྤྲིན་པ་རྣམ་པ་གསུམ་ག་ཡིན་པས་སྟོར་དངོས་  
རྗེས་གསུམ་ཆོང་བས་ཉམས་སུ་བླང་ན་བྱ་སྤྲུལ་ཆོད་ཆེ་བ་ཡིན་པས་ལག་ཏུ་བླང་  
བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ཆོས་ཀྱི་སྤྲིན་པ་ནི། གཞན་ལ་དབང་བསྐྱུར། ཆོས་བཤད་སོགས་ཡིན་ཀྱང་  
རང་འདོད་རྩ་བ་ནས་མ་ཟད་པར་མོས་པ་སྟོད་པའི་གང་ཟག་གིས་སེམས་ཅན་གི་  
དོན་བྱེད་ལོ་གཟུགས་བརྟན་པ་ནི། དྲིན་རྒྱབས་བུམ་པ་གང་བྱོད་དང་འདྲ་སྟེ་གཞན་  
གང་ཙན་རང་ཉིད་སྟོང་པར་འགྱུར། གདམས་ངག་སྤྲོད་ཁང་ནས་སྤྲིན་མེ་ལག་





བརྒྱད་ཕྱི་རོལ་དུ་སོང་བ་དང་འདྲ་སྟེ། གཞན་གསལ་ཙམ་ན་རང་ཉིད་འགྲིབ་པར་  
 འགྲུབ་བ་སོགས་ཉེས་པ་གསོག་པའི་རྒྱ་ལས་མེད་གསུང་། རབ་ས་ཐོབ་གདུལ་བྱ་  
 དུས་ལ་བབ་པའམ། རང་ལ་སྒྲ་མས་བཀའ་རྒྱལ་བཞིན་གནང་བ་ཐོབ་པ་དག་གིས་  
 གཞན་དོན་བྱ་བ་ནི། བྱིན་རྒྱབས་བུམ་པ་བཟང་པོའི་བརྟུང་དང་འདྲ་སྟེ། གཞན་  
 རྩོན་པར་བྱས་ཀྱང་རང་ཉིད་ལ་གང་སྟོང་མེད། གདམས་དག་མར་མའི་གཞི་མ་དང་  
 འདྲ་སྟེ། གཞན་གསལ་བར་བྱས་ཀྱང་རང་ལ་འགྲིབ་པ་མེད་པ་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་ལས་  
 དང་པོ་པས་ལག་དྲ་སྒྲུང་བྱ་དམ་པ་གསུམ་གྱིས་ཟེན་པའི་སྒོ་ནས། རྒྱ་གཏོར་དང་  
 ལུས་སྦྱིན་སོགས་ཀྱི་མཐུག་དུ། སྟོན་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་ཞིང་སོགས་ཆོས་དང་ཟང་ཟིང་  
 གི་སྦྱིན་པའི་དམིགས་པ་བྱ་ཞིང་ཕྱིས་དངོས་སུ་དེ་ལྟར་བགྱི་བའི་སྒོན་ལམ་དང་འདྲན་  
 པ་བཟང་པོ་བྱ་བ་ལ་འབད། གསུམ་པ་མི་འཛིགས་པ་སྒྱབས་ཀྱི་སྦྱིན་པ་ནི། དངོས་  
 སམ་བརྒྱད་དེ་སྒྱབས་མེད་ལ་སྒྱབས་དང་སྟོན་སྒྲ་སོགས་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་  
 འདོགས་ཐབས་ཁོ་ན་ལྟར་ལེན་པར་བྱའོ། །  
 གཉིས་པ་རྒྱལ་བྱིས་པར་བྱིན་ལའང་གསུམ། ཉེས་སྟོད་སྟོམ་པ། དགེ་བ་ཆོས་  
 ལྟན། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་དོ། །དང་པོ་ཉེས་སྟོད་སྟོམ་པའི་རྒྱལ་བྱིས་པ་ནི། རྒྱལ་  
 འཆལ་གྱི་ཉེས་དམིགས་ལ་བསམ་སྟེ་ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་ལམ་གྱི་མི་  
 མཐུན་པའི་སྟོགས་མི་དགེ་བའི་ལས་ཐམས་ཅད་དུག་བཞིན་དུ་སྒྲུང་བ་ལ་བརྩོན།  
 གཉིས་པ་དགེ་བ་ཆོས་ལྟན་གྱི་རྒྱལ་བྱིས་པ་ནི། སྟོམ་བསྐྱབ་ཀྱི་གནས་ལ་མཐུན་  
 སྟོགས་དགེ་བའི་རྩ་བ་ལྷ་མོ་ཡན་ཆད་རང་རྒྱད་དང་སྒྱུར་ཏེ་བྱན་གེས་བག་ཡོད་ཀྱི་  
 སྒོ་ནས་རིམ་པར་ཉམས་སུ་ལེན་ཅིང་གོང་འཕེལ་དུ་འབད་རྩོལ་བྱ། གསུམ་པ་  
 སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱལ་བྱིས་པ་ནི། ལྟར་བཤད་པ་ལྟར་རང་འདོད་རྩ་བ་ནས་  
 ཟད་པའི་དུས་སུ་བསྐྱབ་པའི་དངོས་པོ་བཞི་ (སྦྱིན་པ་དང་། ལྟན་པར་སྒྲུབ་པ། དོན་སྦྱོང་། དོན་  
 མཐུན། མཆན།) ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དངོས་སུ་བྱེད་པ་ལ་བརྩོན་པ་ཡིན་  
 ཏེ། ལས་དང་པོ་པས་སྒོན་འདྲན་བཟང་པོས་དགེ་བ་གང་བྱས་ཐམས་ཅད་དམ་པ་

གསུམ་གྱིས་ཟིན་ངེས་གྱིས་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ་འདུ་གསུངས་སོ། །གསུམ་པ་  
 བཟོད་པའི་ཡར་ཐུན་ལའང་གསུམ། གཞན་གྱི་ལོག་བསྐྱབ་བཟོད་པ། ཆོས་ཐུར་  
 དཀའ་ཐུབ་བཟོད་པ། ཟབ་མོའི་དོན་ལ་མི་སྐྱག་པའི་བཟོད་པའོ། །དང་པོ་ལོག་  
 བསྐྱབ་བཟོད་པའི་བཟོད་པ་ནི། གཞན་གྱིས་རང་ལ་དངོས་སུ་འབྲོག་བཅོམ་ཆོག་  
 རན་སྐྱ་བ་སོགས་དང་། རྟོག་ནས་མི་སྐྱན་པར་བཟོད་པ་སོགས་ལ་བཟོད་དགོས་ཏེ།  
 སྦྱོང་འཇུག་ལས། བསྐྱལ་བ་སྟོང་དུ་བསགས་པ་ཡི། །སྦྱོན་དང་བདེ་གཤེགས་  
 མཆོད་ལ་སོགས། །ལེགས་སྦྱང་གང་ཡིན་དེ་ཀུན་ཀྱང་། །ཁོང་ཁོ་གཅིག་གིས་  
 འཛམས་པར་འགྱུར། །ཞེས་པ་ལྟར། །ཁོང་ཁོའི་ཉེས་དམིགས་དཔེ་བཞིན་དུས་རྟག་  
 ཏུ་དཔོན་ཤེས་དང་ལུན་པས་སྤངས་སྤང་གི་གནས་སྤྱོད་སྤྱོད་མོ་ནས་སྤྱོད་སྤངས་ཤིང་གོམས་  
 འདིས་བྱ་དགོས། རང་རེ་སྦྱལ་གྱི་སྦྱ་གྲ་དང་འདྲ་བས་བཟེ་རེ་ཅན་ལས་དང་པོ་བས་  
 བཟོད་པ་རི་བཞིན་པ་བསྐྱོམ་མི་རུས་པས་ན། དང་པོ་ཁོང་མི་འབྲུགས་པའི་ཐབས་  
 ཅི་དག་ཉམས་སུ་ལེན། ཡང་། ཞེ་སྤང་ལྟ་བུའི་སྤྱིག་པ་མེད། །བཟོད་པ་ལྟ་བུའི་  
 དཀའ་ཐུབ་མེད། །དེ་བས་བཟོད་ལ་ནན་ཏན་དུ། །སྤྱོ་ཆོགས་ཚུལ་གྱིས་བསྐྱོམ་པར་  
 བྱ། ཞེས་པ་ལྟར། འདོད་ཆགས་ཀྱི་ལས་བརྒྱ་བསགས་པ་ལས་ཞེ་སྤང་གིས་ལས་  
 གཅིག་གི་སྤྱིག་ཆེ་བར་ཐེག་ཆེན་མདོ་རྣམས་ལས་གསུངས་པ་བཞིན། ལམ་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་མི་མཐུན་པའི་སྤྱིགས་ཆེ་རབས་ཀྱི་དགེ་བ་བྱད་ཤིང་སྐྱམ་པོ་ལྟ་བུ་ཞེ་སྤང་མེ་  
 དཔུང་ལྟ་བུས་སྤྱད་ཅིག་ལ་བསྐྱེད་པར་འགྱུར་བ་དང་། བཟོད་པ་ནི་གནས་སྐྱབས་  
 དང་མཐར་ཐུག་གི་རྒྱན་དང་ཡོན་ཏན་གྱི་མཆོག་ཡིན་པར་ཁོ་ཉེན་ཤེས་པའི་སྐོ་ནས་  
 བན་ཏན་དུ་བྱ་ཞིང་བསྐྱོམ་པར་བགྱི་སྐྱམ་པའི་སྤྱིང་ནས་དམ་བཅའ། དུས་དང་རྣམ་  
 པ་ཐམས་ཅད་དུ་དཔོན་ཤེས་དང་མི་འབྲལ་བར་ཉམས་སུ་སྤང་བར་བྱའོ། །གཉིས་པ་  
 ཆོས་ཐུར་དཀའ་ཐུབ་བཟོད་པའི་བཟོད་པ་ནི། འཇིག་རྟེན་ཆོ་འདིའི་ཞེན་པ་ཐམས་  
 ཅད་རྒྱང་ལ་བསྐྱར། དཀའ་ཆོགས་དང་རལ་དུ་བ་ཐམས་ཅད་ཁྱད་དུ་བསད་དེ་དམ་  
 པའི་ཆོས་ཐོས་བསམ་སྦྱོམ་གསུམ་ལ་འབད་དོ། །



གསུམ་པ་ཟབ་མོའི་དོན་ལ་མི་སྐྱེག་པའི་བཟོད་པ་ནི། ཟབ་མོ་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་  
 སྦྱི་དང་། རྒྱད་པར་དུ་རང་བཞིན་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་བྱ་ཚུལ་དང་བྲལ་བའི་གནད།  
 དགོ་སྤྱི་གྲུ་འབྲས་ལས་འདས་པའི་དོ་རྗེའི་གད་མོ་བཙུག་གིས་དང་། རོ་མཚར་  
 བའི་ཆོག་ཆེན་པོ་བརྒྱད་ལ་སོགས་པ་མཐོང་ཐོས་ཆོན་ཡང་། ལོག་ལྟ་མི་སྦྱེ་ཞིང་དེ་  
 དག་གི་དགོངས་པ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཞིག་རང་རྒྱད་ལ་ལོན་ན་ཅི་མ་རུང་སྐྱམ་པའི་  
 དད་སྟོལ་དང་བཅས་པས་ཟབ་མོའི་ཆོས་དང་དེ་སྟོན་པའི་གང་ཟག་ལ་སྟིང་ཐག་པ་  
 བས་མོས་གྲུས་བྱ། གལ་ཏེ་རང་ཉིད་སྐལ་པ་རྒྱུད་བས་ཉམས་སུ་ལེན་པ་མ་བྱུང་ཡང་།  
 སྐྱར་འདེབས་སོགས་སྟིང་ནས་སྤངས་ལ་མ་འོངས་པ་ན་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་སྟོན་  
 འདུན་བཟང་པོ་བྱ། བཞི་པ་བརྩོན་འགྲུས་ཀྱི་ཐར་ཕྱིན་ལའང་གསུམ། གོ་ཆ། སྟོར་  
 བ། ཆོག་པར་མི་འཛིན་པའོ། །  
 དང་པོ་གོ་ཆའི་བརྩོན་འགྲུས་ནི། རྩོན་གྱི་དམ་པ་གོང་མ་རྣམས་དང་། སངས་རྒྱུ་  
 དང་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་དང་མཛད་སྟོན་ཆོས་ཕྱིར་དཀའ་བ་  
 སྟུང་པའི་ལོ་རྒྱུས་སོགས་མཐོང་ཐོས་ཆོན་ཡང་། སྟོལ་སེམས་དང་བཅས་པར་སྦྱིད་  
 ལུག་བདག་ཉིད་བརྟན་པའི་ལེ་ལོས་དེ་ལྟ་བུ་ག་ལ་རུས་སྐྱམ་པའི་དཔལ་སེམས་མི་  
 ཁྱིམ་པར་དེ་ལོས་ལྟག་པ་ཞིག་མ་ཐོན་ཀྱང་། དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་འགྲུབ་པར་བྱ་  
 དགོས། སངས་རྒྱུ་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྦྱལ་པ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་ལྟ་བུའི་དཀའ་སྟུང་  
 དང་སྟིང་རུས་དགོས་ན། རང་རེས་ཅིའི་ཕྱིར་མི་དགོས། ཞོ་རྒྱན་ཆེན་པོས། ད་རེས་  
 ལུན་ཆོགས་སྟེན་ཀྱན་འབྱོར་དུས་འདིར། བརྩོན་འགྲུས་དྲག་པོས་སྤྱིད་ལས་འདའ་  
 བར་མཛོད། ཁྱིམ་པ་ལྟར། ད་རེས་ཆོས་སྦྱུབ་པའི་མཐུན་སྟེན་སྐྱ་ཆོགས་འཛོམས་  
 པའི་དུས་འདིར་དཀའ་བ་དང་དུ་བྱང་། སྦྱ་བ་རྒྱལ་དུ་བོར། ལུས་སྟོག་འཕེན་དུ་  
 བརྩུག་ཤ་ཁྲག་གཟན་དུ་བོར། དམ་པ་གོང་མའི་རྣམ་ཐར་ལ་ཆད་བརྩུགས་ཏེ་སྟིང་  
 ཐག་པ་ནས་ཆོས་ཤིག་མི་བསྐྱབ་རེ་སྐྱམ་དུ་དམ་བཅའ། གཉིས་པ་སྟོར་བའི་བརྩོན་  
 འགྲུས་ནི། ཆོས་བྱེད་སྐྱམ་པའི་སྟོ་སྦྱིས་མ་ཐག སང་བྱ་དང་གནང་བུའི་སྟོ་མ་ལས་

འཛིན་པའི་ལེ་ལོའི་དབང་དུ་སྒྲུབ་ཅིག་ཙམ་མི་བཏང་བར། སྒར་མའི་པང་དུ་སྒྲུལ་  
 ཞུགས་པ་ལྟ་བུའམ། སྒྲིག་མའི་མགོ་ལ་མེ་ཤོར་བ་ལྟར། མི་རྟག་པའི་བསྐུལ་མ་  
 བཏབ་སྟེ་འབྲལ་དང་འབྲལ་དུ་ཆོས་ལ་འཇུག་དགོས་པ་ཡིན། གསུམ་པ་ཆོག་པར་  
 མི་འཛིན་པའི་བརྩོན་འགྲུས་ནི། རང་གིས་དགེ་སྦྱོར་རྩེད་ཟུང་རེ་འགྲུབ་པའི་ཆོ། དེ་  
 ཙམ་གྱིས་ཆོག་པར་མི་འཛིན། བྱ་བ་དམ་ཞེན་གྱི་ལེ་ལོ་དོན་མེད་འབྲུལ་པའི་བྱ་བ་  
 ཆམ་གྱིས་བཞག་དགོས། ཀྱན་མཁྱེན་ཆེན་པོས། འཛིག་རྟེན་བྱ་བ་གི་གིར་ཟེན་དུས་  
 མེད། །མམ་བཞག་དུས་ན་ཟེན་པ་ཆོས་ཉིད་ཡིན། །ཞེས་དང་། བྱ་བྱེད་བྱིས་པའི་  
 ཟེད་མོ་འདྲ། །བྱས་ན་མི་ཟེན་བཞག་ན་ཟེན། །ཞེས་པ་ལྟར། འདིར་སྒྲུབ་གི་རྣམ་  
 པར་གཡེངས་པ་ཐམས་ཅད་སྒྲུབ་ནས་མེ་ཐོག་དུ་གིར་བསྐྱེན་ལྟ་བུའི་ཉིན་རེ་བཞིན་  
 ཆོས་ལ་བརྩོན་པ་རེ་ཆེར་འབད་དགོས་ཏེ། རིག་འཛིན་འཛིགས་མེད་གྲིང་པས།  
 འཆི་བ་ལ་ཅི་ཙམ་བཅར་བཞིན་དགེ་སྦྱོར་ལ་སྤྱིར་རུས་ཆེར་འགྲོ་བ་འདི་ཆོས་པ་སང་  
 གྱིས་མ་ཁྱེར་བའི་རྟགས་ཡིན། །ཞེས་སོ། །དེ་ལྟར་སངས་རྒྱུས་མཛོན་དུ་མ་གྱུར་གྱི་  
 བར་དུ་སྒྲུབ་བྱ་ལས་དང་བག་ཆགས་ཡོད། ཐོབ་བྱ་ཡང་གོང་མ་གོང་མའི་ཡོན་ཏན་  
 ཡོད་པས། སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་ཆོས་ལ་ཆོག་གིས་མེད་པ་ཞིག་དགོས་ལ། ཡང་།  
 བརྩོན་འགྲུས་མེད་པའི་གང་ཟག་ལ། །ཤེས་རབ་དང་ནི་དབང་འབྱོར་སྟོབས། །  
 གང་གིས་སྦྱོབ་པར་མི་རུས་ཏེ། །གྲུག་ཟིང་ཡོད་པའི་དེད་དཔོན་ལ། །སྒྲུབས་སྐྱག་  
 པ་རེ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་པ་ལྟར། དེས་ན་དུས་དང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ། ལྟོ་ཆོད་ལ་  
 བབ། གཉིད་སྤང་ལ་གཙུར། རིག་པ་གཞུར་ལ་བྱང་སྟེ། ཐང་སྟོང་མེད་པའི་བརྩོན་  
 འགྲུས་གཞུབ་དང་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་མེད་ན། དལ་ཁོམས་རེ་འགའི་ཆོས་གྱིས་ནི་ས་གར་  
 ཡང་མི་བྱིན་ནོ། །

ལྟ་བ་བསམ་གཏན་གྱི་ཕར་བྱིན་ལ་གཉིས། དང་པོ། བསམ་གཏན་གྱི་མི་མཐུན་  
 རྟོགས་སྤང་དགོས་ཚུལ་བསྟན་པ་ནི། མདོ་རྒྱ་ཆེན་རོལ་པ་ལས། འདོད་པ་འཕགས་  
 མིན་རྣམས་གྱིས་སྤང་བའི་གནས། །ཁོ་བོས་ངལ་སྒྲུབ་རུལ་པ་བཞིན་དུ་དོར། །ཞེས་



དང་། བཤེས་སྒྲིང་ལས། འདོད་པ་རྣམས་ནི་སྤངས་ཤོལ་ཆེན་པོའི་སྒྲུ། ཀྱིས་པའི་  
འབྲས་འདྲར་བྱུང་བའི་དབང་པོས་གསུངས། ཞེས་པ་ལྟར། འདུས་པ་ནི་བྲལ་བའི་  
ཆོས་ཅན། འདོད་པ་ནི་ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས། ཡོད་ཀྱང་ཆོག་མི་ཤེས།  
སེར་སྒྲ་འཕེལ་ལ་དག་སྒྲུན་སོགས་རྩོད་པ་ཅན་དང་ཐུན་མོང་བ། རྣམ་པར་གྲོལ་  
བའི་ཆོས་དང་འགལ་བས་ན་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྲད་པ། བྱིས་པའི་གོགས་ནི་  
རང་བཞིན་རན་པ། བྱས་པ་མི་གཞོ་བ། མགྲུ་དཀར་བ། ཐུག་དོག་པ་ལ་སོགས་  
འགོགས་པ་ཙམ་ཀྱིས་དག་པ་འབྲིབ་པ། འདུ་འཛིན་རྟག་ཏུ་བྲེལ་ཞིང་དོན་རྒྱུད་པ།  
རི་ཙམ་བརྩོན་ཡང་སྤྲིང་པོ་མེད་པ། དག་བདུལ་ཀྱང་མཐའ་མེད་པ། གཉེན་བསྐྱུངས་  
ཀྱང་མཐའ་མེད་པས་ན་འདོད་པའི་གནས་གོགས་ཀྱི་རྣམ་གཡེངས་སྤང་དགོས།  
དཔེན་པའི་ནགས་ཁོད་ནི། རྩོན་ཀྱི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་  
ཀྱིས་ཞི་བ་བརྟེས་པའི་གནས། འདུ་འཛིན་དང་རྣམ་གཡེངས་མེད་པ། ཆོང་དང་སོ་  
ནམ་མེད་པ། བྱིས་པའི་གོགས་དང་བྲལ་བ། བྱ་དང་རི་དྲགས་འགོགས་ན་བདེ་བ།  
རྒྱ་དང་ལོ་མ་དཀར་ཐུབ་ཀྱི་ཟས་བཙལ་སྤྲེལ། རིག་པ་རང་གིས་དྲངས་ཤིང་། ཉིང་  
འཛིན་གྲུགས་ཀྱིས་འཕེལ་བ། དག་གཉེན་ཆགས་སྤང་གི་སྒྲོག་ལས་གྲོལ་བ་སོགས་  
ཡོན་ཏན་དུ་མ་དང་ལྡན་པ།

དེ་ལྟ་བུའི་དཔེན་པའི་གནས་སུ་དངོས་སུ་བྱིན་ནས་བསྒྲོམ་པའི་ཕན་ཡོན་ལྷ་ཅི་སྟོས།  
དཔེན་གནས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བསམ་ནས། དེའི་ཕྱོགས་སུ་གོམས་པ་བདུན་པོར་ན་  
བསྐལ་བ་གང་གྱའི་ཀྱང་གི་བྱེ་མ་སྟེད་དུ་བྱོགས་བརྩའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལ་  
མཆོད་པ་སྤུལ་བ་ལས་ཀྱང་ཕན་ཡོན་ཆེ་བར་སྒྲུབ་སྟོན་མའི་མདོ་ལས་གསུངས་པས་  
དེ་ལྟ་བུའི་དཔེན་རིམ་ལ་ཡང་ན་བསམ་གཏན་གྱི་ཁང་བྱར་ལུས་དག་དཔེན་པར་བྱ།  
གཉིས་པ་བསམ་གཏན་དངོས་ལའང་། བྱིས་པ་ཉེར་སྟོན། དོན་རབ་འབྱེད་པ། དེ་  
བཞིན་གཤེགས་དགའི་བསམ་གཏན་དང་གསུམ། དེ་ཡང་བདེ་གསལ་མི་རྟོག་པའི་  
ཉམས་ལ་ཞེན་ནས། དེ་ཉིད་ལ་ཆེད་དུ་གཉེར་ཏེ་ཉམས་ཞེན་གྱི་རྩི་དང་བཙས་པའི་

དུས་ན། བྱིས་པ་ཉེར་སྤྱོད་ཀྱི་བསམ་གཏན། ཉམས་ཀྱིས་ཞེན་པ་དང་བྲལ་ནས་  
བསམ་གཏན་གྱི་རོམ་མེད་ཀྱང་སྤྱོད་འཛིན་གཉེན་པོའི་སྤྱོད་པ་ཞེན་ནས་བསྐྱོམ་  
པའི་དུས་ནི། རྟོག་རབ་འབྱེད་པའི་བསམ་གཏན། སྤྱོད་འཛིན་གཉེན་པོའི་སྤྱོད་པ་  
བྲལ་ཏེ་ཆོས་ཉིད་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཏིང་འཛིན་ལ་གནས་དུས། དེ་བཞིན་  
གཤེགས་དགའི་བསམ་གཏན་ཞེས་གསུངས། དེ་ལྟར་བསམ་གཏན་བསྐྱོམ་པའི་  
དུས་སུ་ལུས་གནད་རྣམ་སྤྱང་གི་ཆོས་བདུན་དང་། མིག་གནད་ལྟ་སྤྱངས་བྱེད་པ་  
སོགས་གལ་ཆེ། ཡིད་གང་དུ་འདར་མི་རྟོག། ཅིར་ཡང་མི་འཛིན་པའི་དང་ལ་མཉམ་  
པར་འཛོག་པ་ནི་བསམ་གཏན་གྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པའོ། །

དུག་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཡར་བྱིན་ལའང་། ཐོས་པ། བསམ་པ། སྐྱོམ་པའི་ཤེས་རབ་  
དང་གསུམ། ཐོས་པའི་ཤེས་རབ་ནི་ཆོས་ཀྱི་ཆོག་དོན་སྒྲ་མས་གསུངས་རང་གིས་  
ཉན་ཏེ་དེའི་དོན་གོ་བ་དང་། བསམ་པའི་ཤེས་རབ་ནི་དེ་དག་གོ་ཡོད་པ་ཐོས་ཡོར་  
མི་བཞག་པར་རང་རྒྱུད་ལ་སྦྱར་ཏེ་རྟོག་དཔྱད་བསམ་གཞིག་གི་སྒྲོ་ནས་གཏན་ལ་  
ཕབ་སྟེ་གཅིག་སྒྲུབ་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་དུས་སུ་ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་གཞན་ལ་དྲི་  
མི་དགོས་པར་རང་སྦྱ་སྒྲུབ་ངེས་ཞུན་ཐར་བཅད་པ་དེའོ། །སྐྱོམ་པའི་ཤེས་རབ་ནི།  
ཤེས་ནས་ཉམས་སུ་སྒྲུབ་ཏེ་སྐྱོམ་པས་གནས་ལུགས་ཀྱི་རང་ཞལ་མཐོང་བ་ཡིན་ལ།  
དེ་ཡང་དང་པོ་ཐོས་བསམ་གྱིས་སྐྱོ་འདོགས་བཅད་ནས། སྐྱོམ་པས་ཉམས་སུ་ལེན་  
པའི་དུས་སུ། འདི་ལྟར་བྱི་ཡལ་ལྟའི་སྤྱང་བ་ཐམས་ཅད་མེད་བཞིན་འཁྲུལ་ངོ་ལ་  
སྤྱང་བ་མི་ལམ་ལྟ་བུ། རྒྱ་རྒྱེན་རྟེན་འབྲེལ་ཆོགས་པ་ལས་སྐྱོ་སྒྲུབ་དུ་སྤྱང་བ་སྦྱུ་མ་ལྟ་  
བུ། མེད་ལ་ཡོད་པར་སྤྱང་བ་མིག་ཡོར་ལྟ་བུ། སྤྱང་བཞིན་བདེན་པར་མ་གྲུབ་པས་  
སྒྲིག་རྒྱ་ལྟ་བུ། བྱི་ནང་གང་ལ་ཡང་མེད་བཞིན་སྤྱང་བས་བྲག་ཅ་ལྟ་བུ། རྟེན་དང་  
བརྟེན་པར་མེད་པས་དྲི་ཟེའི་གྲོང་ཁྱེར་ལྟ་བུ། སྤྱང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པས་གཟུགས་  
བརྟན་གྱི་སྤྱང་བ་ལྟ་བུ། མེད་སྤྱང་ཅིར་ཡང་འཆར་བ་སྦྱལ་པའི་གྲོང་ཁྱེར་ལྟ་བུ་སྟེ།  
དངོས་པོ་མེད་པའི་སྤྱོད་གཟུགས་སྦྱུ་མའི་དབེ་བརྒྱུད་དུ་བལྟས་པས་ལུལ་གྱི་སྤྱང་བ་



རྩོམ་པའི་རང་བཞིན་དུ་གོ། ། དེ་ལྟར་སྤྲང་བའི་མཁའ་པོ་ཡུལ་ཙན་སེམས་ཀྱི་གཤིས་  
 ལུགས་ལ་བརྟགས་པས་ཡུལ་སྤྲང་མ་འགགས་ལ་ཡུལ་གྱི་འཛིན་རྟོག་ནི། ཆོས་ཉིད་  
 སྤྲང་གསལ་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུར་རྟོགས་པའི་རང་དུ་འཛོག་པ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་  
 ཏུ་ཕྱིན་པ་ཡིན་ནོ། ། དེ་ལྟར་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དུག་པོ་དེ་དག་ཀྱང་བཀྲལ་ན་པར་  
 ཕྱིན་རེ་རེ་ལ་ཡང་གསུམ་གསུམ་དུ་བྱེ་བས་བཙོ་བརྒྱད། དེ་ལས་ཀྱང་ཟང་ཟིང་གི་  
 སྤྱིན་པ་ལ་གསུམ་དུ་དབྱེ་བས་ཉི་ཤུ། དེའི་སྤྲང་དུ་ཐབས་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དང་  
 ཉེར་གཅིག་སྟོབས་ཀྱི་པར་ཕྱིན་དང་ཉེར་གཉིས། སྤོན་ལམ་གྱི་པར་ཕྱིན་དང་ཉེར་  
 གསུམ། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་པར་ཕྱིན་དང་ཉེར་བཞི། དེ་ལས་ཀྱང་རྒྱས་པར་དབྱེན་པ་རོལ་  
 ཏུ་ཕྱིན་པ་རེ་རེ་ལ་ཡང་དུག་དུག་དབྱེ་བས་སུམ་ཅུ་ཅ་དུག་ཏུ་དབྱེ་བ་སོགས་མྱིད་  
 ཡིག་རྒྱས་པ་ཀྱན་བཟང་སྤྱོད་མའི་ཞལ་ལུང་སོགས་ལ་བལྟ་བར་བྱའོ། ། དེ་དག་གི་  
 གནད་དྲིལ་ཏེ་ཉམས་སུ་སྤྲང་དགོས་ཏེ། ཀྱན་མཁའ་འཛིགས་མེད་སྤྱིང་བས། ཆོག་  
 ཤེས་ལ་སྤྱིན་པའི་པར་ཕྱིན་གནས། དེ་ཡི་རོ་བོ་གཏོང་སེམས་ཡིན། ། དཀོན་མཆོག་  
 གིས་མ་ཁེལ་ན་རྩལ་ཁྲིམས་ཡོད། ། དྲན་རིག་མ་ཉམས་པ་བཟོད་པའི་མཆོག་ ཀྱན་  
 གྱི་གོགས་སུ་བཙོན་འགྲུས་དགོས། ། སྤྲང་ཞེན་ལྟར་བསྐྱོམ་བསམ་གཏན་ཏེ། །  
 འཛིན་ཞེན་རང་གོལ་ཤེས་རབ་པོ། ། དེ་ལ་བསམ་དང་བསམ་བྱེད་མེད། ། ཐ་མལ་  
 མ་ཡིན་ངེས་ཤེས་བྲལ། ། བྱ་རན་འདས་ཞི་དམ་པའོ། ། འདི་ནི་ཀྱན་ལ་བཟོད་མི་བྱ། །  
 སེམས་ཀྱི་དམ་པར་ཟུངས་ཤིག་གྱ། ། ཞེས་སོ། །  
 དེ་ལྟར་པར་ཕྱིན་དུག་སོགས་བྱང་རྩལ་སེམས་དཔའི་གཞུང་ལམ་རྒྱ་ཆེན་པོ་དེ་ཐམས་  
 ཅད་མདོ་ཉིལ་གྱིས་དྲིལ་ན་སྤྲང་ཉིད་སྤྲིང་རྗེའི་སྤྲིང་པོ་ཙན་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ་འདྲ་  
 རྟེ། དཔལ་ས་ར་ཉའི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། སྤྲིང་རྗེ་དང་བྲལ་སྤྲང་པ་ཉིད་ལྟ་བུ། ། དེས་ནི་  
 ལམ་མཆོག་རྟེན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ། གལ་ཏེ་སྤྲིང་རྗེ་འབའ་ཞིག་བསྐྱོམ་ན་ཡང་། །  
 འཁོར་བ་འདིར་གནས་ཐར་པ་ཡོད་དམ་ཅི། ། གང་ལ་གཉིས་པོ་ཡོད་པར་གྱུར་བ་  
 དེ། ། མྱིད་པར་མི་གནས་བྱ་རན་འདས་མི་གནས། ། ཞེས་པ་ལྟར། མྱིད་པ་དང་མྱ་

ངན་ལས་འདས་པ་གཉིས་ཀར་མི་གནས་པ་ནི། མི་གནས་པ་འདི་མྱང་འདས་ཚོགས་  
པ་འདི་སངས་རྒྱུ་གྱི་གོ་འཕང་ཡིན་ནོ། རྟེན་འཛིན་དུ་མགོན་པོ་གྲུ་སྒྲུབ་གྱི་ཞལ་ནས།  
སྤྱང་ཉིད་སྤྱང་ཆེ་སྤྱང་པོ་ཅན། བྱང་རྒྱུབ་བསྒྲུབ་པ་ཁ་ཅིག་ལའོ། ཞེས་སོ། བྱང་  
རྒྱུབ་གྱི་སེམས་སྤྱང་ཉིད་སྤྱང་ཆེ་ཉིད་པོ་ཅན་འདི་དང་བལ་ན། ལྷ་སྒྲོམ་གྱི་ཆོས་  
ཟབ་ཟབ་འདྲ་མོ་ཉམས་སུ་བྱང་ཀྱང་སངས་རྒྱུ་ཐོབ་པར་མི་འགྱུར་ལ། ཅིའི་ཕྱིར་  
ཞེ་ན། བསྐྱེད་ཚོགས་སོགས་གསང་སྟགས་གྱི་ཉམས་ལེན་རྣམས་ཀྱང་། བྱང་རྒྱུབ་  
སེམས་གྱིས་ཟེན་ན་ཆོ་འདིར་ཚོགས་པ་འདི་སངས་རྒྱུ་ཐོབ་པ་འདི་རྒྱར་འགོ་ཞིང་། བྱང་  
རྒྱུབ་གྱི་སེམས་དང་བལ་ན་སུ་སྟེགས་པ་དང་ཁྱད་མེད། སུ་སྟེགས་པ་ལའང་ལྷ་སྒྲོམ་  
སྟགས་བཟུ། ཅ་རྒྱུང་བསྒྲོམ་པ། རྒྱ་འབྲས་སྤངས་བྱང་བྱེད་པ་སོགས་དུ་མ་ཡོད་  
ཀྱང་། རྒྱུབས་འགོ་དང་སེམས་བསྐྱེད་གཉིས་པོ་འདི་མེད་པས་འཁོར་བའི་གནས་  
ལས་ཐར་མི་རྩས་པ་འདི་སྟོན་དེ་ཡིན་པར་འདུག རྒྱུབས་སེམས་གཉིས་པོ་འདིས་  
ལེགས་པར་མ་ཟེན་པའི་ཆོས་ལ་ཐོས་བསམ་བསྒྲོམ་གསུམ་རྒྱ་གང་ཆེ་བྱེད་ལོ་བྱས་  
ཀྱང་། དཔེར་ན་དགུ་ཁའི་འབྲུག་རོམ་གྱི་སྤྱང་དུ་མཁར་ལེགས་པར་བཅིགས་ཏེ།  
དེ་ལ་ཞལ་འདེགས་དང་རི་མོ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་འགྱུར་བྱས་པ་དང་འདྲ་སྟེ་སྟགས་སུ་  
སྤྱང་པོ་ཅི་ཡང་མེད། དེས་ན་རྒྱུབས་འགོ་དང་སེམས་བསྐྱེད་གཉིས་པོ་འདི་གལ་  
རྒྱུང་མི་བྱ་བར། ལམ་ཐམས་ཅད་གྱི་སྦྱར་དངོས་རྒྱུ་གསུམ་འདི་གའི་ཁོང་ནས་  
ཚོགས་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས་པས།

འདི་ཁོ་ན་ལ་རྩ་ལ་བརྟོན་ནས་སྤྱང་པར་བྱེད་པ་གལ་ཆེ། བྱང་རྒྱུབ་གྱི་སེམས་ཡང་  
དག་པ་ཞིག་ཉམས་སུ་ལེན་ཤིས་ན། ཡོན་ཏན་གཞན་ཅི་ཡང་མ་ཤིས་ཀྱང་དེ་ལ་  
གང་འབྲེལ་དོན་དང་ལྡན་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ཤན་པ་དང་སྤྱང་འཛོང་མ་ལ་སོགས་  
པའི་ཁྱོད་ན་ཡང་ཐབས་ལ་ཁལས་པའི་བྱང་རྒྱུབ་སེམས་དཔའ་དུ་མ་ཡོད་པར་གསུངས་  
པས་གང་ཟག་གཞན་གྱི་རྒྱུད་ན་བྱང་རྒྱུབ་གྱི་སེམས་ཡོད་མེད་ཤིས་དཀའ། བཙོམ་  
ལྡན་འདས་གྱིས། ང་དང་ང་ལྟ་སྟེ་གཞོགས་གང་ཟག་གི་ཆོད་གང་ཟག་གིས་མི་





བཟུང་ཞེས་གསུངས། དེས་ན་རང་རྒྱུད་ལ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་གང་གིས་བསྐྱེད་པའི་  
ལྷ་དང་སྒྲ་མ་དག་པའི་གོགས་པོ་སོགས་ལ་སངས་རྒྱས་དངོས་ཀྱི་འདུ་གེས་བཞག  
རང་རྒྱུད་ལ་ཡང་གནས་ཡུགས་ཀྱི་དོན་རྟོགས་སྣམ་པ་སོགས་ལམ་རྟགས་ཀྱི་ཡོན་  
ཏན་ལྟར་ཅི་ལྟ་བུ་བྱུང་ཡང་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱམས་སྤྱིང་རྩེ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་གོང་  
འཕེལ་ཏུ་འགྲོ་བར་འདུག་ན། དེ་ཉིད་ཡོན་ཏན་ཡིན་པར་ཐག་བཅད། གལ་ཏེ་  
བྱམས་སྤྱིང་རྩེ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་འགྲིབ་པར་འདུག་ན། བདུད་ཀྱི་བར་ཆད་ཡིན་  
པར་གདོན་མི་ཟ། བྱང་བར་གནས་ཡུགས་ཀྱི་རྟོགས་པ་བཙས་མ་མ་ཡིན་པ་དེ་རྒྱུད་  
ལ་སྦྱས་ན་དེས་འབྱུང་དང་བྱམས་སྤྱིང་རྩེ་དང་པ་དག་སྤྲང་བྱལ་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་  
རྒྱུད་ལ་དེས་པར་སྦྱེ་འོང་། དེ་ཡང་ལམ་རྟགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་ཀྱང་དེ་ལ་སྒྲོམ་  
སེམས་དང་རང་མཐོང་གི་ར་རྒྱལ་མེད་པ་ཞིག་དགོས། ཉམས་ལེན་གནད་དུ་དྲིལ་  
མ་གཤིས་ན་གཤིས་གཤིས་གོ་གོ་རིག་རིག་མང་པོ་ལ་སྤྱིང་པོ་ཅི་ཡང་མེད། ཀྱུན་མཁུན་  
ཆེན་པོས། གཤིས་བྱ་ནམ་མཁའ་གཟུང་སྐར་འདྲ། །བསྐྱབ་དགོས་གནས་ལ་ཟད་པ་  
མེད། །དེས་ཆོས་སྤྱི་ལྷིང་པོའི་དོན། །འཕྱར་མེད་བཙན་ས་བཟུང་ན་ལེགས། །  
ཞེས་པ་ལྟར། རང་རྒྱུད་ལ་ཐན་པ་མེད་པར་མ་ཟད་ར་རྒྱལ་གྱི་སྒྲོན་མར་འཕྱར་ཉན་  
ཡོད་པས་ཁ་ནང་དུ་བསྐྱོར་ནས་དོན་གཤིས་དགོས་དེས་ལམ་གྱི་ཆ་སྟེན་སྒྲོན་འགྲེལ་  
ཆོས་འདི་ལེགས་པར་ཉན་ནས་ཉམས་སུ་ལོན་དེས་ཞིག་བྱས་ན་དེ་ལས་མང་མི་  
དགོས་པ་ནི་དེས་པའོ། །

དེ་ལྟར་བྲིན་ཚུལ་འདི་ལ་པར་བྱིན་ཐེག་པའི་ཟབ་གནད་ཐམས་ཅད་འདུ་ཞིང་ཐེག་  
པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ཀྱི་ཕ་བ་ཡིན་པས་འཁོར་བའི་སྐྱུག་པ་ལྟལ་ལས་སྦྱོབ་པ་དང་། ཉན་  
རང་གི་ཐེག་པ་ལས་འཕགས་པ་དང་། དག་ཕ་མི་ཟད་ཅིང་འཕེལ་བ་དང་། བསྐྱོད་  
ནམས་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཐོབ་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གདུང་འཕྲོང་བ་དང་། གཞན་དོན་  
རྒྱབས་པོ་ཆེ་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་པའི་དགོས་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པས་སྦྱོར་དངོས་རྩེས་  
གསུམ་ཚད་པས་ཉམས་སུ་སྒྲང་བར་བྱའོ། །ལམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕ་བ་ཐེག་པ་ཆེན་

བོ་བྱང་རྒྱལ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཁྱིམ་པའོ།། །དོན་གསུམ་པ་  
 འགལ་སྐྱེན་སྤྲིག་སྤྲིབ་སྤྱོད་པ་སྤྲ་མ་དོ་རྩེ་སེམས་དཔའི་བསྐྱོམ་བསྐྱེས་ཀྱི་ཁྱིམ་པ་  
 གསུམ། སྤྱང་བྱ། སྤྱོད་བྱེད། སྤྱོད་རྒྱལ་ལོ། །དང་པོ། སྤྱང་བྱ་ཟབ་མོའི་ལམ་གྱི་  
 ཉམས་རྟོགས་ཁྱད་པར་ཅན་སྤྱི་བ་པར་དུ་གཅོད་པར་བྱེད་པ་ནི་ཉམས་ཆག་དང་  
 སྤྲིག་སྤྲིབ་ཡིན། དེ་ལའང་སྤྱིར་སྤྲིག་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་གསུངས་ལ། བསྐྱེན་ཤེས་ཉོན་  
 གཉིས་ཡིན་ཏེ། ཨོ་རྒྱན་ཆེན་པོས། བྱིན་རྒྱལ་ས་དངོས་གྲུབ་ཀྱང་གྱི་གཤམ། སྤྲིབ་  
 པ་རྒྱལ་གཉིས་ཡིན་པའི་བྱིར། །དེ་དག་རབ་ཏུ་སྤྱང་པ་གཅིས། །ཞེས་སོ། །གཉིས་  
 པ་སྤྱོད་བྱེད་ཁྱད་དུ་འཕགས་པ་རང་ལུགས་ལ་རིགས་ཀྱན་འདུས་པ་སྤྲ་མ་དོ་རྩེ་  
 སེམས་དཔའི་བསྐྱོམ་བསྐྱེས་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ལ། སྤྱི་གསུང་བྲགས་སྤྱིར་བོ་བསྐྱེན་  
 པའི་རྒྱད་ལས། སངས་རྒྱལ་མ་ལུས་ཐམས་ཅད་གྱི། །རི་རིའི་བསྐྱེད་རྟོགས་གྲངས་  
 ལས་འདས། །མ་ལུས་ཀྱན་སྤྱང་འདི་ལྟར་བྱ། །རྩྭ་ལས་སྤྲ་མ་དོ་རྩེ་སེམས། །  
 །ཞེས་སོ། །གསུམ་པ་སྤྱོད་རྒྱལ་ལའང་ཀྱན་རྩོད་བསྐྱེད་བསྐྱེས་སྤྱོད་པས་བཞི་དང་འབྲེལ་  
 པ། དོན་དམ་བདག་མེད་དབྱིངས་སུ་སྤྲིག་ལྟར་ལ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱལ་གཉིས་ལས།  
 དང་པོ་ལྟར་ན། རིམ་པར་སྤྱོད་པས་བཞིའི་དག་པ་དྲན་པའི་རང་ནས་འདོན་བསྐྱོམ་  
 ཟུང་དུ་འཇུག་པས།

ཨེ། བདག་ཉིད་ཐ་མལ་སྤྱི་པོ་རུ། བད་དགར་སྒྲུབ་པའི་གདན་གྱི་དབུས། ཞེས།  
བདག་ཉིད་ཐ་མལ་དུ་གནས་པའི་ཚངས་དུག་རྒྱ་རིག་ལ་ཁད་གྱི་ཡར་ལ་བརྒྱུ་སྤྱོད་  
འུ་དབང་སྐོར་བཞི་འཕམ་མདའ་ཚད་ཙམ་ལས་གྲེས་པའི་རབ་རྒྱ་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་  
བརྒྱ་དགར་པོ་འདབ་མ་བརྒྱད་དམ་སྤོང་བདལ་བའི་ལྗེ་བར་ཟེའུ་འཁྱུད་མར་སེར་གྱི་  
ཐེང་བས་ཡོངས་སུ་བསྐྱོར་བའི་ཚད་དང་མཉམ་པའི་སྒྲུབ་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་དགར་  
བསལ་ཉ་གང་བཞིག་བསྐྱོམ། རྒྱ་ལས་སྒྲུ་མ་རྩོ་རྩོ་སེམས། དགར་གསལ་ཡོངས་  
སྤྱོད་རྩོགས་པའི་རྒྱ། རྩོ་རྩོ་འཛིན་སྐྱེམས་མ་འཁྲིལ། ཞེས། དེའི་སྤྱོད་རྒྱ་རྒྱ་  
ཡིག་དགར་པོ་རབ་རྒྱ་ཐུབ་གསལ་ཞིང་འཚོར་བཞིག་ཡོངས་སུ་རྒྱུར་བ་ལས་སྒྲུང་



ཅིག་གིས་ངོ་བོ་རྩ་བའི་སྒྲ་མ་ཡིན་པ་ལ་རྣམ་པ་བརྩམ་ལྟར་འདས་དོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་  
 རྒྱ་མཐོག་དཀར་གསལ་དྲངས་ཤེལ་བྱི་མ་མེད་པ་ལ་ཉི་འོད་ཐོག་པ་ལྟ་བུ་ཞི་ཚུལ་  
 དགྲ་དང་ལྟན་པ། དར་དང་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་ཅན། དེ་ཡང་དར་ཆས་ལྟ་ནི། ཅོད་  
 {དར་ཁ་དོག་རྩ་ཆོགས་པས།} པམ། རྩོད་ {དར་དཀར་གསེར་གྱི་དང་རིས་ཅན་གྱི།} གཡོག  
 ཟེ་ {དར་མཐིང་ཁའི་ཅོད་པམ་ལྟག་པ་ནས་ཕྱིར་འཐུང་བ།} ལྷིར། གར་གྱི་ཕུ་ {དར་མཐིང་  
 དམར་གང་ཐུང་གི་རྩོད་ཁེབ་ལྟ་བུ་ལ་ཕུ་དུང་ཐུང་བུ་ཡོད་པ།} དུང་། རྩུད་ {ཆོག་ལེ།} དགྲིས།  
 རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་བརྒྱན་ནི། དཔུ་རྒྱན། རྩན་ཆ། མགུལ་རྒྱན། རོ་ {ལྟེ་འོག་ཡམ་འཁོར་  
 པ།} གཡལ། སེ་མོ་ {རྩ་མའི་བར་སྒྲིབ་པའི་དོ་གལ་རྒྱུད་པ།} རོ། བྱག་གཏུབ། འབས་  
 གཏུབ། རྩ་ {རིན་པོ་ཆེ་རྩ་ཆོགས་གྱི་ཐ་ཆོམ་ཅན།} རགས་སྟེ་ལོངས་སྟོད་རྩོགས་པའི་  
 རྒྱན་ཆས་བཅུ་གསུམ་གྱིས་མཛེས་པར་སྒྲས་པ། བྱག་གཡམས་རིག་སྟོང་མཆོན་བྱེད་  
 རོ་རྩེ་ཕྱི་ལྟ་བུ་བྱགས་ཀར་གཏོད་ཅིང་འཛིན་པ། གཡོན་སྒྲུང་སྟོང་མཆོན་བྱེད་བྲིལ་བུ་  
 དཀྲར་བརྟེན་པ། ཟུང་འཇུག་མཆོན་བྱེད་ཡུམ་དོ་རྩེ་སེམས་མ་དཀར་མོ་བྱག་གཡམས་  
 གྱི་གུག་ཡབ་གྱི་མགུལ་ནས་འཁྱུད་ཅིང་། གཡོན་ཐོད་པ་བདུད་ཅི་སྟོབ་ཚུལ་ཅན་  
 དང་མཉམ་པར་སྦྱར་བ། ཡབ་དོ་རྩེའི་སྦྱིལ་ཀྱང་དང་ཡུམ་པད་སྦྱིལ་གྱི་ཚུལ་དུ་  
 བཞུགས་པ། དེ་ཡང་སྒྲུང་ཆ་ནས་སྒྱུན་གྱི་དཀར་ནག་ཚུན་ཆད་མ་འདྲེས་པར་གསལ་  
 པ། རྩོང་ཆ་ནས་གདོས་བཅས་སུ་གྲུབ་པ་གང་ཡང་མེད་པ་དག་པ་ཡེ་ཤེས་གྱིས་  
 རྣམ་འཇུག་དྲངས་པའི་མཁའ་ལ་འཇའ་ཆོན་ཐོལ་གྱིས་ཤར་བ་ལྟ་བུ།  
 རིགས་དང་ {ཐབས་ཤེས་ཐོགས་ཟུང་འཇུག་གི་དོན་ཤེས་པས། མཆན།} དཀྱིལ་  
 འཁོར་རྒྱ་མཆོའི་སྦྱི་དཔལ་ཆེན་པོར་གསལ་བཏབ་ལ་བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་གྱི་ཤེས་རྒྱུད་གྱི་སྤྲིག་ལྟར་དག་པ་ཞིག་ཁྱེད་མཁྱེན་སྒྲུམ་པའི་སྟོན་འཇུག་གི་  
 སེམས་དང་ལྟན་པས་སྒྱུབས་སུ་བཟུང་བ་ནི་རྟེན་གྱི་སྟོབས། ཁྱོད་ལ་སྒྱུབས་གསོལ་  
 སྤྲིག་པ་སྒྲུངས། ཞེས། སྒྲ་མ་དང་དོ་རྩེ་སེམས་དཔའ་གཉིས་སུ་མེད་པའི་རང་བཞིན་  
 སྤྱགས་ཡེ་ཤེས་གྱི་མཁྱེན་ཆ་དང་བཅས་པས་བརྩེ་བ་ཆེན་པོས་རྩེས་སུ་དགོངས་ཏེ་

བཞུགས་པའི་སྤྱན་རྒྱུད། ཆོ་རབས་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་བདག་དང་མ་སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱ་དུག་ལྟ་དང་དུག་གསུམ་གྱིས་ཀྱན་ནས་བསྐྱར་བའི་ལུས་དག་ཡིད་  
 གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་རང་བཞིན་གྱི་སྤྲིག་པ་དང་བཅས་པའི་སྤྲིག་ལྟར་སྤྲོམ་པ་གསུམ་  
 གྱི་ཉམས་ཆག དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ལོག་པར་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་ལས་ཉོན་དངོས་  
 སྤྲན་པ་ཐམས་ཅད་སྒོས་སྐྱངས་ཏེ། འགྲོད་སེམས་དྲག་པོས་མཐོལ་ལོ་བཤགས་  
 ཞེས། རང་ཉིད་ངོ་ཆོ་འཛིགས་སྒྲག་འགྲོད་པ་ཆེན་པོ་དང་བཅས་པས་སྤྲིང་ནས་སོ་  
 སོར་བཤགས་སོ་སྤྲོམ་པ་དང་། དངོས་སྤྲོམ་པའི་ཆོ་རབས་ནས་བསགས་པ་དུ་  
 མ་ཞིག་ཡོད་པས་པས། དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི་མི་འཆབ་བོ། །མི་སྤྲེད་དོ། །མཐོལ་  
 ལོ་བཤགས་སོ། །བཟོད་པར་གསོལ་ལོ། །སྤྲིག་པ་དང་སྒྲིབ་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་  
 དུས་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་སྦྱར་བ་ཉིད་དུ་འདུག་ས་འདི་རུ་ལྟ་མ་མེད་པར་བྱང་ཞིང་དག་པ་  
 ཞིག་ཐུགས་རྗེ་མ་རྒྱུད་སྤྲོམ་པ་ནི་ཉེས་བྱས་སུན་འབྱིན་གྱི་སྟོབས། བྱིན་ཆད་སྟོག་ལ་  
 བབ་ཀྱང་སྤྲོམ་ཞེས། སྤྲོན་ཆད་ནི་བདག་མི་ཤེས་སྒོངས་པའི་དབང་གིས་མི་དགེ་  
 སྤྲིག་པའི་ལས་དེ་དག་བགྱིས་པ་ཡིན་ལ། ད་ནི་དྲིན་ཆེན་རྩ་བའི་སྐྱ་མའི་ཐུགས་རྗེ་  
 ལ་བརྟེན་ནས་ཁེ་ཉོན་ཤེས་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་པས། ད་བྱིན་ཆད་ནི་སྟོག་ལ་  
 བབ་ཀྱང་སྤྲིག་པའི་ལས་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུ་མི་བགྱིད་དོ་སྤྲོམ་ནས་ཡིད་ལ་དམ་བཅའ་  
 བ་ནི་ཉེས་སྟོད་སྤྲོམ་པའི་སྟོབས། བྱོད་ཐུགས་སྒྲ་བ་རྒྱས་པའི་སྟེང་། རྩྭ་ཡིག་མཐའ་  
 མར་སྤགས་གྱིས་བསྐྱོར་ཞེས།

ཡབ་ཡུམ་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཐུགས་ཀར་སྒྲ་བའི་དགྱིལ་འཁོར་སྒར་མ་གློབ་པ་ཙམ་  
 གྱི་སྤྲེད་དུ་རྩྭ་དཀར་པོ་སྤྲོས་བྲིས་པ་ལྟ་བུའི་མདུན་ནས་བརྩམ་སྟེ་ཡི་གེ་བརྒྱ་པའི་  
 ཡིག་འབྲུ་ནམས་རྩ་ལངས་པ་ལྟ་བུ་གཅིག་ལ་གཅིག་གིས་མ་རིག་ཙམ་དུ་གཡས་  
 སྒོར་རིམ་པ་གསུམ་དུ་སྒྲུལ་འབྱེལ་བ་ལྟ་བུར་བཀོད་པའི་ནང་མའི་མི་དང་། བྱིའི་  
 ཡུལ་གཉིས་ཐད་སོར་འཕྲོད་པ་ཞིག་གསལ། བརྒྱས་པ་སྤགས་གྱིས་རྒྱུད་བསྒྲུལ་  
 བས་ཞེས། ཡབ་ཡུམ་བདེ་རོལ་སྦྱོར་མཆོམས་ནས་། བདུད་ཅི་བྱང་རྒྱུབ་སེམས་གྱི་སྤྲིན་



ག་ཁུར་རྩལ་ལྟར་འཇག་པ་ཡིས་མ་བདག་དང་ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་གྱི་ལས་  
 དང་ཉོན་མོངས་སྒྲུག་བསྐྱལ་རྒྱུ་ནད་གདོན་སྤྲིག་སྤྲིབ་ཉེས་ལྟར་གྲིབ་མ་ལུས་བྱང་  
 བར་མཛད་དུ་གསོལ་ཞུ་ཞིག་གི་མགོ་འདྲན་བཀུ་གིས་པའི་དོན་ཏེ། སངས་རྒྱལ་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་སྒྲོ་དོ་རྩིང་པོ། བརྩ་ས་རྩ་ས་ {དོ་རྩིང་སེམས་དཔའ་དམ་ཆེག} མ་ཡ། མ་རྩུ་པ་ལ་  
 {རྩིང་སྒྲོ་རྩིང་སྤྲིག} ཡ། བརྩ་ས་ {དོ་རྩིང་སེམས་དཔའ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཉེ་བར་བཞུགས་ཤིག} རྩ་  
 རྩ་ལོ་པ་ཏེ། རྩ་ལོ་མེ་ {བདག་ལ་བརྟན་པར་གྱུར་ཅིག} རྩ་མ། རྩ་ཏོ་ཏོ་མེ་ {བདག་ལ་  
 དཔུང་པར་མཛོད།} རྩ་མ། རྩ་ཏོ་ཏོ་མེ་ {བདག་ལ་ཤིན་ཏུ་དཔུང་པར་མཛོད།} རྩ་མ། ལ་  
 རྩ་ཏོ་ཏོ་མེ་ {བདག་ལ་རྩིང་སྒྲོ་ཆགས་པར་མཛོད།} རྩ་མ། སངས་མི་རྩི་མེ་པ་ {བདག་ལ་  
 དངོས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་རྩིང་ཅིག} ཡ་རྩི། སངས་ཀུམ་ལྷ་ {ལས་ཐམས་ཅད་ལའང་བདག་ལ།}  
 ཅ་མེ། ཅ་ཏོ་ {སེམས་ཀྱི་དཔལ་དུ་མཛོད་ཅིག} སྤྱི་ཡེ་ཀྱུ་རུ་རྩི། {སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 རྒྱགས་རྩི་རྩིང་པོ།} ཏ་ཏ་ {མེ་ལོང་སོགས་ཡེ་ཤེས་བཞི།} ཏ་ཏ་ {དབང་དུ་གྱུར་ཅིག} ཏོ།  
 རྩ་ག་ {བཅོམ་ལུན་འདས།} རྩ་ན། སངས་ {དེ་བཞིན་གསེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི།} ཏ་ལྷ་ག་ཏ།  
 བརྩ་མ་མེ་ {དོ་རྩིང་བདག་ལ་རབ་ཏུ་གྲོལ་བར་མཛོད།} རྩ་ལྷ། བརྩ་ལྷ་ {དོ་རྩིང་ཅན་དུ་མཛོད།}  
 མ། མ་རྩ་ས་ {དམ་ཆེག་ཆེན་པོའི་སེམས་དཔའ།} མ་ཡ་ས་རྩ་ལྷ་ {སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་  
 ཀྱི་གསུང་དོ་རྩིང་སྤྲིང་པོ།} རྩ་ལྷ་པུ་ {རང་ལུགས་ཞི་ཁྱོད་མོང་སྤྱོད་པའི་ཡི་གེ་སྤྲིན་གྱི་དགོངས་  
 པ་ཡིན་ལ།} དེ་ལྟར་སྒྲུ་མཆོམས་སྒྲུར་ནས་བསྐྱུག་ན་འདྲ། བརྩ་འབད་རྩར། རྩ་ཏོ་ཏོ་  
 རྩ་ཏོ་ཏོ་གཉིས་རྩ་ཏོ་ཏོ་དང་རྩ་ཏོ་ཏོ་མེ་པ་ཡ་རྩི་མ་མེ་པ་ཡ་པུ་མེ་པ་ཡ་པུ་མེ་པ་ཡ་པུ་  
 འཛོར། ཞེས་བསྐྱུག་པས་དོན་གྲུབ་པོ། །

སྒྲུ་མ་དོ་རྩིང་སེམས་དཔའ་འཛོལ་རིགས་བརྒྱ་རིགས་ལྷ་གསང་ཆེན་རིགས་གཅིག་གི་  
 བདག་ཉིད་ཡིན་པས་སྒྲུགས་དོན་དང་བསྐྱུག་ཚུལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུད་བར་མི་  
 བྱའོ། །དོན་ལྷ་སྒྲུགས་ཀྱི་སྒྲུགས་རྩི་དང་རྩིས་པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་མེད་པའི་དད་པ་བརྟན་  
 པོ་དང་ལུང་པས་སྒྲུགས་དོན་ལྟར་གསོལ་འདེབས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་དོ་རྩིང་སེམས་དཔའ་  
 སྒྲུགས་ཡི་གེ་བརྒྱ་པའི་གཞུགས་སྒྲུ་ཤར་པ་ཡིན་པའི་ངེས་ཤེས་དང་བཅས་པས་

དམིགས་འདུན་ཅེ་གཅིག་གི་གཞན་དུ་མི་གཡོངས་པའི་རང་ནས་སྐྱུགས་ཐེང་གྲོག་  
 པའི་ཚུལ་གྱིས་བསྐྱུས་པས་སྐྱུགས་སྐྱུགས་ཐེང་དང་བཅས་པ་ལས་ངོ་བོ་སྐྱུགས་  
 རྗེ་ལ་རྣམ་པ་བདེ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་གྱི་བདུད་ཅི་ག་བྱུར་གྱི་རུལ་ལྟར་ཞེས་སྒྲུབ་བ་ཞུན་མ་  
 ལྟ་བུ་རང་ནས་གྱིས་བབས། སྤྱི་དབྱིབས་གང་སྟོམ་པར་ཞུགས་པའི་སྦྱོར་མཚམས་  
 ཅས་བྱུར་བདུད་ཐོང་བུ་ལ་འཁྲིལ་བའི་ཚུལ་གྱིས་རང་གི་ཆངས་སྐྱུག་ནས་ཞུགས་ཏེ།  
 སྤྱ་ཅུད་ཆེན་པོའི་སྤྱ་ལ་སྦྱར་མི་ཆགས་པ་ལྟར་བདག་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 གྱི་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་རྒྱས་བསྐྱེད་པའི་སྟོན་ལས་འབྲལ་ཞེན་གྱི་ནད་ཐམས་  
 ཅད་ཐུག་རུལ་དང་རྣག་རུལ། དེ་བཞིན་དུ་གདོན་ཐམས་ཅད་སྟོག་ཆགས་སྟོམ་སྟོག་  
 སྤྱལ་སྦྱལ་ཉ་ཕྱེད་ཤིག་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ། སྟོག་སྦྱིབ་ཐམས་ཅད་དུད་སོལ་ཁུ་  
 རྒྱུ་སྟོ་དམར་གྱི་རྣམ་པས་རྒྱུ་མཐིལ་དང་དབང་པོའི་སྟོག་ཉིས་བསྦྱེད་བྱ་ག་རྣམས་  
 ཅས་ནག་ཉིལ་གྱིས་ཕྱིར་ཐོན་ཏེ། ས་རིམ་པ་དགྲའི་འོག་དུ་འཆི་བདག་ལས་གྱི་  
 གཤིན་རྗེ་གྲུང་དམར་པོའི་རྣམ་པར་ཁ་གདངས་པའི་ཕྱོད་བར་རྒྱུད་པས་དུས་མ་ཡིན་  
 པའི་འཆི་བ་བསྐྱུས། དེའི་འཁོར་ལན་ཆགས་ཤིང་འཁོན་གྱི་བདག་པོ་བདག་མོ་ཐམས་  
 ཅད་གྱིས་ཟེས་ཤིང་འབྲུང་རབ་དུ་དགའ་ཞིང་ཆོས་ནས་བུ་ལོན་སོང། ཤིང་འཁོན་ཁྱེར།  
 ལན་ཆགས་བྱང་། ཐམས་ཅད་རང་གནས་སུ་འོག་སྟེ་ཕྱིན་ཆད་གཞོན་པའི་བསམ་  
 སྦྱོར་སྤངས་ནས་བྱུར་ཚུབ་གྱི་སེམས་ཡང་དག་པ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་པར་བསམ་ལ་བསྒྲུ།  
 དེ་ཡང་དམིགས་པ་ཐམས་ཅད་ཅིག་ཅར་དུ་གསལ་ལ་རྣམ་ན་དེ་ལྟར་བྱ། དེ་ལྟར་མི་  
 རྣམ་ཆོ་གདན་དང་སྐྱུགས་སྟོག་སོགས་ལ་རིམ་པར་དམིགས་ཏེ་ཞག་གུངས་གྱི་བར་  
 དུ་རེ་རེ་ནས་སྤངས་དགོས་བྱུང་ནའང་རང་མགོ་རང་གིས་མི་གཡོག་པར་གསལ་སྤང་  
 ཐོན་པར་བྱ་དགོས་པས་སེམས་གྱིས་ལྟོད་རན་པས་བསྐྱུས་པ་ནི་ལྟར་རིགས་པ་བྱ།  
 མཐར་སྟོག་ལྟར་ཐམས་ཅད་ལྟག་མེད་དུ་དག་རང་ལས་སྤང་སྟོང་འོད་གྱི་རྣམ་པར་  
 སྦྱར་པའི་ལུས་དབུས་སུ།

ཅུག་སྐྱུམ་འཁོར་ལོ་བཞི་བཅས་གསལ་ལ། དེ་ཡང་ཅུ་འཁོར་རྣམས་གྱིས་མདོར་ཅུ་

གསལ་སྐབ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པ་ལས་གདུགས་ཀྱི་ཕྱི་པ་མ་བརྒྱུངས་པ་ལྟ་བུའི་སྤྱི་བོར་  
བདེ་ཆེན་གྱི་ཕ་འདབ་སྐམ་ཅུ་ཕ་གཉིས་བདུད་ཅིས་གང་། ལུས་དབང་ཐོབ། ལུས་  
སྤྱི་དག་དགའ་བའི་ཡེ་ཤེས་རྒྱད་ལ་སྒྲེས། བསྐྱེད་རིམ་བསྐྱོམ་པ་ལ་དབང་། ལུས་  
སྤྱི་ས་བོན་ཐེབས། མགོན་པར་བབ་པས་ཕ་འདབ་བཅུ་དྲུག་གང་། གསང་དབང་  
ཐོབ། ཉོན་སྤྱི་དག་མཆོག་དགའི་ཡེ་ཤེས་རྒྱད་ལ་སྒྲེས། ཕ་རྒྱུད་བསྐྱོམ་པ་དང་  
སྐགས་བསྐྱེད་པ་ལ་དབང་། ལོངས་སྤྱི་ས་བོན་ཐེབས། སྤྱི་དག་བབས་པས་ཕ་  
འདབ་བརྒྱད་གང་། ཤེར་དབང་ཐོབ། ཤེས་བྱའི་སྤྱི་བ་དག་བྱད་པར་གྱི་དགའ་  
བ་རྒྱད་ལ་སྒྲེས། འབར་འཛགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བསྐྱོམ་པ་ལ་དབང་། ཆོས་སྤྱི་ས་  
བོན་ཐེབས། ལྟེ་བར་བབས་པས་ཕ་འདབ་དྲུག་ཅུ་ཕ་བཞི་གང་། ཆོག་དབང་ཐོབ།  
བག་ཆགས་ཀྱི་སྤྱི་བ་དག་ལྟན་ཅིག་སྤྱི་དགའི་ཡེ་ཤེས་རྒྱད་ལ་སྒྲེས། རྩོགས་པ་  
ཆེན་པོ་བསྐྱོམ་པ་ལ་དབང་། རོ་བོ་ཉིད་སྤྱི་ས་བོན་ཐེབས། མཐར་མོར་མོའི་ཕྱེ་མོ་  
ཚུན་ཆོད་ཤེལ་བུམ་ལོ་མས་གང་བ་ལྟར་དུ་གྱུར་པའི་རྩོན་གྱིས་ལུས་སེམས་ཟག་མེད་  
ཀྱི་བདེ་བས་བྱུང་བར་མོས་ལ། མགོན་པོ་བདག་ནི་མི་ཤེས་སྤྱོད་པ་ཡིས་ཅེས་  
དམ་ཆོག་ལས་ནི་འགལ་ཁིང་ཉམས་ཅིང་། ལྷ་མ་མགོན་པོས་སྐྱབས་མཛོད་ཅིག་ཅེས་པོ་དོ་  
རྩེ་འཛིན་པ་སྟེ་། རྩལ་རྩེ་ཆེན་པོའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཅེས་པོ་བའི་གཙོ་ལ་བདག་  
སྐྱབས་མཆི་། སྐྱ་གསུང་རྩལ་ཕ་དང་ཡན་ལག་གི་དམ་ཆོག་ཉམས་པ་ཐམས་  
ཅད་མཐོལ་ལོ་བཤགས་སོ། །

སྤྱི་བ་དང་སྤྱི་བ་ཉེས་ལྟར་བྱི་མའི་ཆོགས་ཐམས་ཅད་བྱང་ཁིང་དག་པར་མཛོད་དུ་  
གསོལ། ཞེས་ཅོངས་ཆོག་བརྗོད་མ་ཐག་ ལྷ་མ་དོ་རྩེ་སེམས་དབང་རྩལ་དགེས་  
པས་ཞལ་འཇུག་མདངས་སུ་བཞད་ཅིང་། རིགས་ཀྱི་བྱ་བྱོད་ཀྱི་སྤྱི་བ་ཉེས་ལྟར་  
ཐམས་ཅད་དག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གནང་བ་བྱིན་ཏེ་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་རོ་བོར་འོད་དུ་ལྷ་  
ནས་རང་ལ་ཐིམ་པས་རང་ཉིད་སྐྱད་ཅིག་གིས་དོ་རྩེ་སེམས་དབང་ཡབ་ལུས་སྐྱ་  
མདོག་ལྷག་མཆོན་རྒྱན་ཆ་ལུགས་སོགས་མ་འདྲེས་ཤིང་ཡོངས་སུ་རྩོགས་པའི་རྣམ་

པར་གསལ་ལ། དེ་ཡང་ཆུ་ལས་ཆུ་བྱར་དོལ་བ་ལྟ་བུ་སྐྱུ་དང་ཡེ་ཤེས་ཐ་དང་མེད་  
 པར་ཡེ་ནས་དག་པའི་དོན་ཤེས་བཞིན། རིགས་དང་དཀྱིལ་ལའོར་ཀྱན་གྱི་བྱ་བ་  
 བདག་སྐྱོན་ཀྱན་ཟད་ཡོན་ཏན་ཀྱན་རྩོགས་དོན་གྱི་སྒྲ་མ་དོ་རྗེ་སེམས་དཔལ་པོ་  
 སྐྱམ་པའི་ངེས་ཤེས་བརྟན་པོ་དང་བཅས་པའི་སྐུར་གསལ་པའི་ཐུགས་ཀར་ལྷ་དཀྱིལ་  
 གྱི་དཔུང་སྐྱུ་རྩྭ་མཐིང་གི་དེའི་མདུན་དུ་ཨོྲ་དཀར་པོ། གཡས་སྐྱ་བརྩ་སེར་པོ། རྒྱ་བ་  
 ཏུ་ས་དམར་པོ། གཡོན་ཏུ་ཏུ་ལྗང་གྲ་རྩམས་སྐྱས་བྱིས་པ་ཙམ་དུ་དམིགས། དེ་ལ་  
 སེམས་ཞུགས་པ་ལྟར་མ་ཡིངས་པར་གཏད་དེ། ཨོྲ་བརྩ་ས་དུ་རྩྭ་ཞེས་བཞྲས་པས་  
 གསལ་སྐྱར་ཐོན་པ་ནི་བསྟན་པ། ཡིག་འབྲུ་རྩམས་ལས་རང་མདོག་གི་འོད་ཟེར་  
 མཛོད་སྒྲིན་གྱི་རྩམ་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་འཕྲོས། ཞིང་རབ་འབྲུམས་ན་བཞུགས་པའི་  
 རྒྱལ་བ་སྐས་བཅས་བརྟུད་གསུམ་རྩ་གསུམ་རྒྱ་མཚོ་ཚོགས་ལ་ཐུགས་མཉེས་པའི་  
 མཛོད་པ་འབུལ། ཚོགས་རྩོགས་སྒྲིབ་པ་དག་ཐུགས་རྗེ་དང་བྱིན་རྒྱུའི་ཐམས་ཅད་  
 འོད་ཟེར་ཁ་དོག་སྐྱ་ཚོགས་པའི་རྩམ་པས་ཡིག་འབྲུ་རྩམས་ལ་བིམ། མཚོག་ཐུན་  
 མོང་གི་དངོས་གྲུབ་ལམ་དང་འབྲེལ་བ་རིག་འཛིན་བཞི་དང་། མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་  
 ཐུ་མི་སྒོ་བ་བ་རྩུང་འཇུག་གི་གོ་འཕང་མདོན་དུ་གྱུར་པར་བསམ་ནས་བཞྲས་པ་ནི་ཉེ་  
 བར་བསྟན་པ་ཞེས་རང་དོན་ཚོས་སྒྲུའི་རྟེན་འབྲེལ་བསྒྲིགས་པ་ཡིན། ཡང་འོད་ཟེར་  
 གངས་མེད་པ་འཕྲོས། ཁམས་གསུམ་རིགས་དུག་གི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་  
 ཕོག་པས་སྒྲིག་སྒྲིབ་སྐྱུག་བསྐྱེད་པའི་ཆགས་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་སྐྱུན་པར་ཉེ་  
 མ་གར་བ་ལྟར་དག་སྤྱི་སྒོ་དཀྱི་འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་མདོན་པར་དགའ་བའི་ཞིང་  
 དང་། བད་བརྟུད་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དོ་རྗེ་སེམས་དཔལ་པོ་རིགས་ལཱའི་གོ་  
 འཕང་ལ་བཀོད་པར་བསམ་ལ་བཞྲ་བ་ནི་སྒྲུབ་པ། ལས་དང་པོ་པས་འོད་ཟེར་  
 རིགས་དུག་སོ་སོའི་གནས་སྐྱུ་རིམ་པར་སྒོ་བ་སྐྱུ་བྱས་ན་བདེ་ལ། གང་ལྟར་ཡང་འོད་  
 ཟེར་འཕྲོས་པས་བརྟུད་དོ་རྗེ་སེམས་དཔལ་པོ་སྐྱ་ཚོགས་གསལ་བ་ལ་ཕོག་པས། དེ་  
 དག་གི་ཞལ་དང་ཟིན་པ་དང་མ་ཟིན་པའི་སྐྱ་ཐམས་ཅད་ཨོྲ་བརྩ་ས་དུ་རྩྭ།





ཞེས་བྱང་བའི་ཚང་ཞིག་པ་ལྟར་ལུང་དེ་དེ་རྒྱལ་གསལ་པར་བསམ་ནས་བསྐྱབ་བའི་སྐྱབ་  
 པ་ཆེན་པོ་ཞེས་གཞན་དོན་གཟུགས་སྤྱི་ཏེན་འབྲེལ་བསྐྱིགས་པ་ཡིན། དམིགས་  
 གནད་འདི་ལྟ་བུ་ལ་བཞེན་ནས་གསང་སྤྲུགས་དོ་རྩེ་ཐེག་པ་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་  
 གནད་ཀྱིས་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་ཡང་སྐད་  
 ཅིག་ལ་རྫོགས་ཤིང་། བས་མཁས་གར་བྱབ་ཀྱི་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ཡང་སྐྱབ་ཅུས་  
 པ་ཡིན། དེ་ལྟར་བསྐྱབ་པ་ཅི་རིགས་བྱས་པའི་མཐར་། རྩོད་བཅུད་དོར་སེམས་རིགས་  
 ལཱའི་ལྟ་ཚོགས་སྤྲུགས་ལ་བ་ཐམས་ཅད་རིམ་གྱིས་འོད་དུ་ཁྱེན་སར་ལ་བསྟ། རང་  
 ཡང་གདན་དང་བཅས་པ་འོད་དུ་ཁྱེན་སྤྲུགས་ཀའི་ཨོ་ལ་ཐིམ། ཨོ་བཟླ་ལ་ཐིམ།  
 བཟླ་ས་ལ་ཐིམ། ས་དྲུ་ལ་ཐིམ། དྲུ་རྩྱུ་གི་ཞབས་ཀྱུ་ལ་ཐིམ། ཞབས་ཀྱུ་འཆུང་ལ་  
 ཐིམ། འཆུང་ཏུ་ཁོག་ལ་ཐིམ། ཏུ་ཁོག་ལྷ་ཚེས་ལ་ཐིམ། ལྷ་ཚེས་ཐིག་ལེ་ལ་ཐིམ།  
 ཐིག་ལེ་ན་དྲའི་བར་རིམ་བཞིན་བསྟ། བ་དྲུ་ཤིན་ཏུ་ཐ་བ་ལ་ཅི་གནས་སྤྲུ་མཉམ་  
 པར་བཞག་ མཐར་ན་དྲུ་ཡང་ནམ་མཁའ་འཇའ་ཚོན་ཡལ་བ་ལྟར་དམིགས་པ་ནི་  
 ལས་སྦྱར་ཏེ་ཀུན་རྫོབ་བསྐྱེད་རིམ་ལ་བཞེན་པའི་སྐྱབ་སྦྱོང་དང་། དེའི་རང་དུ་ལྟ་  
 སྤྲུགས་ཀྱི་སྦྱོས་པ་འོད་གསལ་གཏུག་མའི་རང་དུ་བསྐྱས་ཏེ་སྦྱང་བྱ་སྦྱོང་བྱེད་ཀྱི་རྟོག་  
 ཚོགས་ཐམས་ཅད་གཟོད་མ་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པའི་རིག་སྦྱོང་དོན་གྱི་དོ་  
 རྩེ་སེམས་དཔའི་རང་ཞལ་བལྟ་ཞིང་ཡི་གེ་བརྒྱ་པའམ། ཡིག་དྲུག་ཡིད་བསྐྱབ་ཅུང་  
 ཅམ་བྱ་བ་ནི། གཉིས་པ་དོན་དམ་རྫོགས་རིམ་ལ་བཞེན་པའི་སྐྱབ་སྦྱོང་བྱེད་པར་  
 ཅན་ཡིན་ཏེ། མཚན་བརྫོད་ལས། ཐིག་ལེ་སྦྱང་བ་ཡི་གེ་བརྒྱ། ཞེས་དང་། མེ་ཏོག་  
 བཀོད་པའི་རྒྱད་ལས། རང་བྱུང་ཡི་གེ་བརྒྱ་པའི་མཐུས། སྐྱབ་པ་རྣམས་གཉིས་བྱང་  
 བར་འགྱུར། ཞེས་ཐིག་ལེ་ཐབས་སྦྱིང་རྩེ་དང་། སྦྱང་པ་ཤེས་རབ་སྟེ་སྦྱང་ཉིད་སྦྱིང་  
 རྩེ་བྱང་འཇུག་གི་རང་དུ་བཞགས་པ་འདི་ཆེར་ཟབ་ལ། ཚོས་འབྱུང་བ་མེད་པའི་མདོ་  
 ལས། གང་ཚོས་བདག་མེད་ཅིང་རྣམ་པར་སྤྲིན་པ་མེད་པར་ཤེས་ན། དེ་ལས་ཀྱི་  
 སྐྱབ་པ་རྣམས་པར་དག་པ་ཐོབ་པོ། ཞེས་སོགས་ལུང་ཤིན་ཏུ་མང་ངོ་།

སྤྲིག་པ་ཆེན་པོ་བདག་འཛིན་ཡིན་པས་གཉིན་པོ་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 ཆེས་ཆེར་བསྐྱབས་སོ། །སྤྲུང་སྤྲུང་བཅུད་དོ་རྗེས་མཛད་པའི་རང་བཞིན་བརྒྱ་ལམ་  
 གྱིས་གསལ་ལ། དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྤྲུང་ཏུ་བདག་ རྟོ་རྗེས་མཛད་པའ་འགྲུབ་གྲུར་  
 བས། འགོ་བགའི་གུང་མ་ལུས་པ། རྟོ་ཡིས་ལ་འགོད་པར་ཤོག རོགས་བསྐྱོ་  
 སྤོན་བྱ་བ་རྣམས་ནི་གཉིན་པོ་ཀླུ་ཏུ་སྤྲོད་པའི་སྤོབས་སོ། རྟོ་ལ་སྤྲུགས་བསྐྱེད་ལུགས་  
 ལའང་རག་བསྐྱེས་དང་ཡིད་བསྐྱེས་གཉིས། དང་པོ་ནི་སྤྲུགས་སྤྲུང་ཅད་ཆེ་བ་མ་  
 ཡིན་ཅུང་བ་མ་ཡིན། ཏུ་ཅད་མཐུགས་ཆེ་བ་དང་དཔལ་ཆེ་བ་ཡང་མ་ཡིན། ཡིག་འབྲུ་  
 དང་འདོགས་དང་བྲུ་བྲུག་ཆད་ལྷག་མེད་པ་སྤྲོ་སྤྲོན་བྲུག་སྤང་ལ་བསྐྱེད། གཉིས་པ་  
 རྟོར་བསྐྱེས་ལའང་རྒྱུད་དོ་རྗེས་པ་དང་ཡིད་བསྐྱེས་གཉིས་ལས། ཡིད་བསྐྱེས་  
 ནི་མཆོག་སྤྲུབ་པ་ལ་གཙོ་ཆེ་བར་གསུང་བས་དེ་ལྟར་ན་ཕྱེ་ཅ་མི་འགྲུལ་པར་ཡིད་ཁོ་  
 བས་བསྐྱེད། རྒྱུད་བསྐྱེས་ནི་འབྲིན་འཇུག་གནས་གསུམ་སྤྲུགས་ཀྱི་སྤྲུང་ཤེས་པས་  
 བསྐྱེས་པ་ཡིན། གང་ལྟར་ཡང་ཡིད་གཞན་དུ་མ་ཡེངས་པ་དང་རག་བཅད་དེ་བསྐྱེད་  
 བ་གལ་ཆེ་སྤྱེ། རྒྱུད་ལས་ཀྱང་། གལ་ཏེ་ཉིང་འཛིན་འདི་མེད་ན། རྒྱུ་མཆོའི་འཛིང་  
 གི་པ་སྤོང་བཞིན། བསྐྱེས་པར་བསྐྱེས་ཀྱང་འབྲས་མི་འབྲིན། ཞེས་དང་། དག་  
 དང་མ་དག་སྤོང་འགྲུར་ཡིན། ཉིང་འཛིན་ཡོད་མེད་འབྲས་འགྲུར་ཡིན། ཞེས་དང་།  
 ཡོ་རྒྱུན་ཆེན་པོས། ཡོ་གཙིག་འབག་བསྐྱེས་བྱེད་པ་བས། རྒྱུ་གཙིག་སྤྲུབ་ཅད་བྱེད་  
 པས་དགའ། ཞེས་དེ་ལྟར་བསྐྱེས་པ་སྤྲུགས་ཀྱི་ཕན་ཡོན་ཀྱང་། དྲི་མེད་བཤགས་  
 རྒྱུད་ལས། བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡང་སྤྲིང་ཉམས་ཆགས་དང་རྟོག་  
 སྤྲིབ་ཐམས་ཅད་སྤྲོད་པར་བྱེད་པ། ཡི་གེ་བརྒྱ་པ་ཞེས་བྱ་བ་བཤགས་པ་ཐམས་ཅད་  
 ཀྱི་རྒྱལ་པོ་འདི་དུས་གཙིག་ལ་ལན་བརྒྱ་ཅ་བརྒྱད་དུ་བསྐྱེས་ན་ཉམས་ཆགས་ཐམས་  
 ཅད་སྤོང་སྤྱེ། ངན་སྤོང་གསུམ་དུ་ལྷུང་བ་ལས་ཐར་བར་འགྲུར་རོ། །  
 རྣམ་འགྲུར་པ་གང་ཞིག་གིས་ཡིད་དམ་དུ་བཅས་ནས་འདོན་ན་མི་དེ་ཆེ་འདི་ལའང་  
 དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྲུང་ཀྱི་དམ་པར་དགོངས་ནས་བསྐྱེད་སྤྲོད་

མཛད་ལ། ཤི་འཕྲོལ་ནས་ཀྱང་། བདེ་བར་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་ལོར་  
 འགྱུར་བ་གདོན་མི་ཟེ། ཞེས་དོ་རྗེ་སེམས་དཔས་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 གཞན་ཡང་རྒྱུད་ལུང་རྣམས་སུ་ཕན་ཡོན་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་བ་གསུངས་ཀྱང་ཡིག་  
 མང་དོགས་བསམ་མ་བྱིས་སོ། །མདོར་ན་དོ་རྗེ་ཐེག་པའི་སྒྲོར་ཞུགས་ནས་རྩ་བ་དང་  
 ཡན་ལག་གི་དམ་ཚིག་ལ་ཉམས་ཆག་གང་བྱུང་ཡང་། ཉིན་རེ་བཞིན་ཐོ་རངས་མི་  
 ཆིག་དང་མ་འདྲེས་གོང་དོ་རྗེ་སེམས་དཔའི་ཡིག་བརྒྱ་པ་ཆོག་བཞིན་ལན་ཉི་ཤུ་རྩ་  
 གཅིག་རེ་བཞུགས་ན། དེས་ལྷུང་བ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པ་ཞེས། རྣམ་སྤྲིན་གོང་འཕེལ་  
 ཏུ་མི་འགོ། ཡིག་བརྒྱ་པ་འབུམ་སྤྱག་གཅིག་བཞུགས་ན་ལྷུང་བ་ཐམས་ཅད་རྩ་བ་  
 བས་དག་པ་ནི་སྤྲིང་པོ་རྒྱན་ལས། བད་དཀར་ལྷ་པའི་གདན་གནས་པར། རྩོ་རྗེ་  
 སེམས་དཔའ་ལེགས་དམིགས་ཏེ། ཡིག་བརྒྱ་པ་ཆོག་བཞིན། ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་  
 བཞུགས་གྱུར་ན། ལྷུང་སོགས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་འགྱུར་བྱིར། འཕེལ་བ་རུ་ནི་མི་  
 འགྱུར་ཞེས། བྱལ་བ་མཆོག་རྣམས་ཀྱིས་བཤད་པས། རྟག་པར་དུ་ནི་ཉམས་སུ་  
 ལྷུངས། འབུམ་སྤྱག་གཅིག་ཏུ་བཞུགས་གྱུར་ན། རྣམ་པར་དག་པའི་བདག་ཉིད་  
 འགྱུར། ཞེས་གསུངས།

མི་སྐྱུ་པོ་མོ་ཡན་ཆད་པལ་ཆེར་དབང་རེ་ཐོབ་མ་མྱོང་བཞི་སུ་ཡང་མེད། དབང་ཐོབ་  
 ཆད་ནི་གསང་སྤྱགས་ཀྱི་སྒྲོར་ཞུགས་པ་ཡིན་པས་དེའི་དམ་ཚིག་མ་བསྐྱང་ན་དཔྱལ་  
 བ་དང་། བསྐྱང་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་གཉིས་ལས་འགྲོ་ས་གཞན་མེད་དེ།  
 ཡོན་ཏན་རིན་པོ་ཆེའི་མཛོད་ལས། སྤྱགས་ལ་ཞུགས་པའི་སྤྲིས་སྤྱུ་རན་སོང་དང་། །  
 སངས་རྒྱས་གཉིས་ལས་འགྲོ་ས་གསུམ་པ་མེད། ཞེས་པ་ལྟར། ད་ལྟ་རང་རེ་གཉིན་  
 པོ་རྒྱུད་བ་བྱན་པ་ཉམས་པ། ཤེས་བཞིན་མེད་པ། ལྷུང་པའི་རྣམ་གངས་ལེགས་  
 པར་མི་ཤེས་པ་རྣམས་ལ་ནི། དམ་ཚིག་ཉམས་ཆག་ཆར་བཞིན་འབབ་པར་གདོན་  
 མི་ཟ། གལ་ཏེ་རང་དོས་ནས་དམ་ཚིག་ཉམས་པའི་སྒྲོན་ཆེར་མ་བྱུང་ཡང་། གཞན་  
 རྩ་བའི་དམ་ཚིག་ཉམས་པ་དག་དང་གཏམ་བསྐྱེ་བ་དང་། རྩོད་ལམ་གྱིས་འབྲེལ་པ།

ཐ་ན་ལུང་པ་གཅིག་གི་ཚུལ་བརྟུང་ཀྱང་སྒྲུལ་ཉམས་དང་ཞོར་ཉམས་གྱི་ཉེས་པ་  
 བསྐྱེད་པ་ཡིན་པས་བཤགས་སྟོམ་ལ་འབད་པ་གལ་ཆེ། རྒྱུད་ལས་ཀྱང་། ཉམས་  
 དང་འགྲོགས་གིང་ཉམས་པ་བསྐྱར་བ་དང་། ཉམས་དང་སྟོད་མིན་ཉམས་ལ་ཆོས་  
 བཤད་དང་། ཉམས་ལ་མི་འཛེམ་ཉམས་པ་དེ་དག་གིས། ཉམས་གྲིབ་སྟོན་གྱིས་  
 གོས་པར་གྱུར་ཏོ་འཆོལ། ཞེས་པ་ལྟར་སྒྲོས་བ་དང་དོ་རྗེ་མཆོད་ལུ་དོ་རྗེ་ནང་དམེ་  
 བྱས་པའི་གནས་དེའི་ས་ཡང་ཆོག་སྟེ་མ་རུང་བར་འགྱུར་བས། སྒྲུར་བཤགས་  
 སྒྲུངས་ནན་ཏན་མ་བྱས་ན་ཕྱིས་ས་དེར་སྒྱུ་འདུག་འདི་ཕྱི་ཀྱན་རུ་མི་དགོ་བ་དང་། ཅི་  
 ཅུམ་བསྐྱབ་ཀྱང་འབྲས་བྱ་མི་འབྱུང་བར་གསུངས་པ་དང་། ཆོགས་གལ་གཅིག་ན་  
 དམ་ཆོག་ཉམས་པའི་མི་གཅིག་ཡོད་ཀྱང་། དེའི་ཉམས་གྲིབ་གྱིས་དམ་ལྷན་བརྒྱ་  
 སྟོང་ཡོད་ཀྱང་སྒྲུབ་པའི་འབྲས་བྱ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་འབྱིན་པ་འོ་མ་རུལ་བ་ཐིགས་  
 གཅིག་གིས་མ་རུལ་བ་ཟངས་གང་ཡང་རུལ་བར་བྱེད་པ་ལྟར། རི་སྐད་དུ། རྣལ་  
 འབྱོར་ཉམས་པ་ཅན་གཅིག་གིས། རྣལ་འབྱོར་ཅན་ཀུན་མ་རུང་བྱེད། ཅིས་སོ།  
 །གསང་སྤགས་དོ་རྗེ་ཐེག་པའི་དམ་ཆོག་ནི་སྟོ་གསུམ་དཀྱིལ་འཁོར་གསུམ་གྱི་ཁྱེར་  
 སོ་དང་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་བྲལ་ཀྱང་དམ་ཆོག་ལས་འདས་པར་གསུངས་པས་ན་  
 བསྐྱེད་དགལ། རྒྱུས་པར་དབྱེ་ན་ས་ཡ་འབྲུམ་སྟེའི་གངས་སུ་གསུངས་པས་རྣམ་  
 གྲངས་མང་ལ། ཉམས་པའི་ཉེས་པ་ཡང་། རྒྱུད་ལས། དོ་རྗེ་མཁའ་འགྲོས་སྟོར་  
 ཁྲག་འཐུང་བ་དང་། ཆོ་ཐུང་ནད་མང་ནོར་ཡལ་དགས་འཛིགས་དང་། ཁན་ར་  
 མེད་དམུལ་བ་གིན་རུ་སྟོ་གལ་འབར། སྒྱུག་བསྐལ་མི་བཟོད་ལུན་རིང་གནས་པར་  
 འཁྱུར། ཞེས་པས། རང་གི་སྟོ་ལ་མཛོན་པ་དང་མི་མཛོན་པའི་ཉམས་ཆག་ཉེས་  
 ལྟར་ཐམས་ཅད་གྱི་གཉེན་པོར་དུས་དང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་སྒྲུ་མ་དོ་རྗེ་སེམས་  
 དཔལ་བསྟོམ་ལ་ཡི་གེ་བརྒྱ་པ་ཡི་དམ་དུ་བཟུང་ནས་བཤགས་སྒྲུངས་ལ་འབད་པ་  
 གལ་ཆེའོ། །

ཉན་ཐོས་གྱི་ལུགས་ལ་ཅུ་ལྟར་སྟོར་གཅིག་བྱུང་ན་རྩ་པེའུ་ཆག་པ་དང་འདྲ་སྟེ། སྒྲུར་



གསོ་བའི་ཐབས་མེད་པར་གསུངས་ལ། བྱང་སྒྲུབ་རིན་པོ་ཆེ་ཉེར་སྦྱད་ཆག་པ་དང་  
འདྲ་སྟེ། མགར་བ་མཁས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བཙུགས་སུ་ཡོད་པ་ལྟར། གཞན་ཀྱིན་  
དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་བརྟེན་ནས་གསོ་རུང་། གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་ནི།  
རིན་པོ་ཆེའི་ཉེར་སྦྱད་ཅུང་ཟད་ཞེས་པ་དང་འདྲ་སྟེ། རང་ཉིད་ཀྱིས་ལྷ་སྤྲུགས་ཉིང་རེ་  
འཛིན་ལ་བརྟེན་ནས་བཤགས་པ་བྱས་ན་དག་པར་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་འབྲལ་  
དུ་བཤགས་ན་འདག་སྤྲུགས་སྟེ། ཡུན་ལོན་ནས་ཉེས་པ་གོང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན་པས་  
བཤགས་དགའ་ཞིང་། ལོ་གསུམ་འདས་པ་ཆད་བཤགས་པའི་ཡུལ་མ་ཡིན་ནོ། །  
སྤྱི་མ་དོ་རྩེ་སེམས་དཔལ་འཛིན་རིགས་དང་དཀྱིལ་འཁོར་ཀུན་གྱི་སྦྱིད་པལ་ཡིན་པས།  
ཡིད་མ་གྱི་ལྷ་ཞི་ཁྱོད་རབ་འབྱུངས་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་དག་ཀྱང་། དོ་རྩེ་སེམས་  
དཔལ་ལ་མ་འདུས་པ་མེད་པ་དང་། རོ་བོ་རྩ་བའི་སྤྱི་མ་དང་དབྱེར་མེད་དུ་བསྒྲུབ་  
པས། སྤྱི་མ་འདི་ནལ་འབྱོར་ཀུན་འདུས་ནོར་བུའི་ལུགས་སུ་བསྒྲུབ་པ་ཞེས་ཤིན་ཏུ་  
ཟབ་པའི་མཐར་ཐུག་པ་ཡིན། སྤྲུགས་ཀྱང་སྦྱིང་པོ་ཡི་གེ་བརྒྱ་པ་ལས་ལྷག་པ་མེད་  
ཚུལ་སྤར་བཤད་པ་ལྟར་ཡིན་ནོ། །

འདི་ལྷ་བུའི་གདམས་པ་དང་འབྲུད་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་སྐལ་ལྷན་དུ་གྱུར་པ་ནི་  
རྒྱ་བསོད་ནམས་ཆད་མེད་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པ་ལ་རེས་ཤེས་བརྟན་པོས་དྲན་པ་  
གསོས་འདེབས་ཤིང་། གོང་བཤད་ལྟར་བསྐྱེད་རྫོགས་ཉམས་སུ་ལེན་པ་གལ་ཆེ།  
དེ་རིམ་ཞིན་མི་ཤེས་པའི་རྒྱན་པོས་ཀྱང་ལྷ་སྤྲུགས་ཡེ་ཤེས་སོ་སོ་མ་ཡིན་ཐ་དད་མེད་  
པའི་གོ་བ་དང་བཅས་བདུད་རྩི་འཕེབས་སྦྱོང་དུས་འགྱུར་སྒྲུབ་སྦྱིང་ཐག་པ་ནས་བྱེད་  
པ་དང་། བདག་བསྐྱེད་སྐབས་རང་སྤྱོད་འབྲུལ་དོར་ཅམ་ལས། དོན་ལ་སྦྱོད་བརྟན་  
ཡེན་ས་ལྷའི་རང་བཞིན་ཏུ་དག་པའི་རེས་ཤེས་བསྐྱེད། ཐགས་བཅད་སྤྲུགས་གསོལ་  
འདེབས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་བསྐྱེད་ལུགས་གོང་བཤད་ཅམ་ལས་ཉ་ཅང་མི་སྦྱོས་པར་ཐེ་ཚོམ་  
མེད་པའི་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་ཁོན་གཙོར་འདོན་པ་གལ་ཆེ་སྟེ། རྒྱུད་ལས། ཡང་ན་  
རྒྱན་པོ་དད་པ་བརྟན། ཉེ་ལ་སྦྱོར་བའི་དངོས་གྲུབ་ཉི། ཞེས་སོ། །འདི་ལས་ཟབ་

པའི་ཚེས་གཞན་ན་མེད་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཤྲིག་སྒྲིབ་སྒྲུང་པར་བྱེད་པ་བྲམ་མ་རྟོ་  
 རྗེ་མེམས་དཔའི་བྲིད་གྱི་རིམ་པའོ། ། །དོན་བཞི་པ་བསོད་ནམས་གྱི་ཚོགས་ལ་  
 བརྟེན་ནས་ཡེ་ཤེས་གྱི་ཚོགས་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་མཐུལ་གྱི་བྲིད་ལ་གསུམ། མཐུལ་  
 འབུལ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན། འབུལ་པའི་རྒྱལ། བན་ཡོན་བརྟན་པའོ། །དང་པོ།  
 བསོད་ནམས་གྱི་ཚོགས་ལ་མ་བརྟེན་པར་འབུས་བུ་ཡེ་ཤེས་གྱི་ཚོགས་མི་རྫོགས་པས་  
 ཅན་མཐུལ་འབུལ་དགོས། མདོ་ལས། རི་ཤིང་ཚོགས་གཉིས་དམ་པ་དེ་ནི་མ་རྫོགས་  
 པར། །དེ་ཤིང་སྤྱང་ཉིད་དམ་པ་དེ་ནི་རྫོགས་མི་འགྱུར། །ཞེས་དང་། ཉིལྲི་པས། ལུ་  
 སྤྱང་བ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་འདི། །དོན་སྒྲུབ་པ་མེད་པར་མ་རྫོགས་པར། །ཚོགས་  
 གཉིས་གྲིང་རྟེན་འཕང་ལོ་ལ། །འབུལ་པར་མ་བྱེད་ཀྱང་པ། །ཞེས་སོ། །སྒྱིར་  
 ཚོགས་བསགས་པའི་ཐབས་མང་ཡང་བྱ་སྒྲུ་ལ་ཚོད་ཆེ་བ་མཐུལ་འབུལ་བ་འདི་ཡིན་  
 རོ། །

[illegible]

སྒྲིང་ཆེན་པའི་ཞལ་གསུངས་སྤྱུ་མ་ཡང་ཐོག་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་ལུགས་སམ།  
 ཡང་ན་འགྲོ་བའི་མགོན་པོ་ཆོས་རྒྱལ་འབགས་པའི་ལུགས་ཆོས་བྱ་སོ་བདུན་མ་གང་  
 རུང་སྒོན་དུ་འབུལ་ན་ཡོངས་གཤགས་ཀྱི་ཕྱག་ལེན་ལྟར་བྱ། རང་ལུགས་སྤྱུ་གསུམ་  
 མཐུལ་ལ། དང་པོ་བུན་མོང་སྤྱུལ་སྤྱིའི་ཞིང་ཁམས་འབུལ་བཞི། ཇོ་ལུ་རྩྱེ་ཞེས། དྲི་  
 བཟང་གིས་རྒྱས་མཐུལ་གྱི་སྤྱོད་བྱུང་པར་བྱུགས་ཤིང་། ལུགས་དེ་ཡིད་ན་དགོང་།  
 ཆོས་བྱ་དབུས་དང་ཕྱོགས་བཞི་མཆོམས་བཞི་དང་དགུ་བཞོད་ལ། རྒྱང་གསུམ་  
 འཛིག་རྟེན་བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱའི་ཞིང་། རིན་ཆེན་སྤྱུ་བདུན་ལྟ་མའི་འབྱོར་བས་གཏམས་  
 བདག་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་བཅས་པ་ཡོངས་འབུལ་གྱིས་། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོས་སྤྱུར་  
 བའི་སྤྱིད་ཐོབ་ཤོག་། ཞེས་གྲིང་བཞི་ཆངས་དེས་ཀྱི་ལྷ་གནས་དང་བཅས་པ་དེ་  
 གཅིག་རྒྱ་བཙུགས་ནས། དེ་འདྲ་བ་སྤྱོད་སོང་བའི་ཆོ་སྤྱོད་དང་པོ་སྤྱི་ལུད་ཀྱི་འཛིག་  
 རྟེན་ཞེས་བྱ། རྒྱང་སྤྱི་ལུད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་ན། གྲིང་བཞི་པའི་འཛིག་རྟེན་སྤྱོད་ཡོད་པ་  
 དེ་གཅིག་རྒྱ་བཙུགས་ཏེ། དེ་འདྲ་བའི་སྤྱི་ལུད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་སྤྱོད་སོང་བའི་ཆོ་ རྒྱང་  
 གཉིས་པ་བར་མའི་འཛིག་རྟེན་ཞེས་བྱ། རྒྱང་གཉིས་པ་བར་མའི་འཛིག་རྟེན་དེ་  
 གཅིག་རྒྱ་བཙུགས་ནས། དེ་འདྲ་བ་སྤྱོད་སོང་བའི་ཆོ་ རྒྱང་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་ཆེན་པོའི་  
 འཛིག་རྟེན་དུ་འདོད་ལ། དེས་ན་གྲིང་བཞི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱ་  
 ཞེས་ཁྱོད་དུང་རྒྱར་བརྒྱ་ཡོད་པ་ནི་སངས་རྒྱས་སྤྱུལ་སྤྱི་གཅིག་གི་འདུལ་ཞིང་ཡིན།  
 དེ་ལྟ་བུའི་ཞིང་ཁམས་གངས་མེད་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་དག་ན་ལྟ་དང་མའི་ཡོ་བྱད་  
 དམ་པ་རྒྱལ་སྤྱིད་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱུ་བདུན་བཟླ་གིས་པའི་རྩིས་རྟགས་བརྒྱད། ཉེ་བའི་  
 རིན་ཆེན་བདུན།

བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་ཐུགས་བསྐྱེད་ལས་བྱུང་བའི་དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་དང་།  
 གཏེར་གྱི་བུམ་པ་བཟང་པོ། ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ། བདག་སོས་ཀྱི་སྒྲན། འཆི་མེད་  
 བརྒྱད་ལེན་གྱི་བདུད་ཅི། གཞན་ཡང་སྤྱོད་དང་ཤིང་གི་སྤྱོད་མོས་ཆལ་མང་པོ། རིན་  
 པོ་ཆེའི་བྱ་རིགས་དང་རི་དྭགས་ཀྱི་ཆོགས་མཛེས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་དུ་མ་སོགས་



ལྷ་དང་མི་ལས་འདས་པ་དང་མ་འདས་པའི་བཀོད་པ་སྒྲོས་དཔེ་ག་པར་དཀའ་བ་  
 བདག་པོས་ཡོངས་སུ་བཟུང་བ་དང་མ་བཟུང་པའི་མཆོད་འོས་རིམ་སྟེང་ཡོད་པ་དེ་དག་  
 ཐམས་ཅད་དང་། དེའི་སྟེང་དུ་རང་གི་ལུས་ཡོངས་སྟོང་མངའ་རིས་སྤུང་ཆོག་གས་དང་  
 བཅས་པ་མདོར་ན་འཛིན་སེམས་ཀྱིས་གཅིས་དགུར་བཟུང་བ་ཐམས་ཅད་སེར་སྤྲ་  
 འཕྲར་གཤམ་གྱིས་མ་བཅིངས་པར་མ་ལུས་ཤིང་ལུས་པ་མེད་པ་དུས་གསུམ་གྱི་དགེ་  
 ཆོག་གས་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་སྒྲོས་སྒྲུངས་ནས་ཀླུ་དུ་བཟང་པོའི་མཆོད་སྤྱིན་ལྷ་  
 ལུར་དམིགས་ཏེ་སྒྲ་མ་སྒྲུལ་སྒྲུའི་ལྷ་ཆོག་ལ་ལྷོས་མེད་དུ་འབུལ་བ་ནི་བདག་  
 འཛིན་གྱི་གཉེན་པོ་སྤུང་མོང་སྒྲུལ་སྒྲུའི་མཛུལ། གཉིས་པ་ཡོངས་སྒྲུའི་ཁིང་ཁམས་  
 འབུལ་བ་ནི། ཡོད་ན་ལྷ་གས་རི་གཉིས་པ་འགོད། ཆོམ་ལུ་དབུས་དང་ཕྱོགས་བཞི་  
 དང་ལྷ་བཀོད་དེ། འོག་མིན་བདེ་ཆེན་སྒྲུག་པོ་བཀོད་པའི་ཁིང་། དེས་པ་ལྷ་ལྷན་  
 རིགས་ལྷའི་ཆོམ་ལུ་ཅན་། འདོད་ཡོན་མཆོད་པའི་སྤྱིན་ལུང་བསམ་ཡས་པ་། ལུལ་  
 བས་ཡོངས་སྒྲུའི་ཁིང་ལ་སྟོང་པར་ཤོག་། ཅེས། དེའི་སྟེང་གི་ནམ་མཁར་སྤུང་མིན་  
 ཡོངས་སྒྲུའི་མཛུལ་རང་སྤྲང་འོག་མིན་སྒྲུག་པོ་བཀོད་པའི་ཁིང་ཁམས་ཡེ་ཤེས་རིན་  
 པོ་ཆེའི་གཞུལ་མེད་ཁང་སྒྲུ་དང་ཁིང་ཁམས་ཡེ་ནས་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པ་ལ་སྒླེག་སོགས་  
 འདོད་ཡོན་གྱི་ལྷ་མོ་གངས་མེད་བས་སྒྲུས་པ་སྒྲོས་དཔེ་ག་པར་དཀའ་བ། སྒྲ་མ་  
 ཡོངས་སྒྲུའི་ལྷ་ཆོག་ལ་དུས་རྟག་པ་རྒྱུན་གྱི་འཁོར་ལོར་འབུལ་བར་དམིགས་པ་  
 བྱི་། སྤུང་མིན་ཡོངས་སྒྲུའི་མཛུལ། གསུམ་པ་འོད་གསལ་དོ་རྩེ་སྟེང་པོའི་ཁིང་  
 ཁམས་འབུལ་བ་ནི། ཡོད་ན་ལྷ་གས་རི་གསུམ་པ་བཞག་ལ་ཆོམ་ལུ་གཅིག་བཀོད་དེ།  
 སྤྲང་སྤྲང་རྒྱུ་དག་གཞོན་ལྷ་ལུ་པའི་སྒྲུ་། སྤགས་རྩེ་མ་འགགས་ཆོས་ཉིད་རོལ་  
 པའི་རྒྱན་། སྒྲུ་དང་ཐིག་ལའི་འཛིན་པ་རྒྱུ་དག་ཁིང་། ལུལ་བས་ཆོས་སྒྲུའི་ཁིང་ལ་  
 སྟོང་པར་ཤོག་། ཅེས།  
 དེའི་སྟེང་གི་དབྱིངས་ལ་ཁྱད་པར་ཆོས་སྒྲུའི་མཛུལ་སྟེ་མེད་གདོད་མའི་གཞི་ལ་  
 འགགས་མེད་འོད་གསལ་གྱི་སྤྲང་ཆ་རིག་པ་ཆོད་པེབས་གྱི་ཆོམ་ལུར་བཀོད་པ་སྟེ།





དེ་ལྟར་གོ་སྒྲིབ་པའི་ཕྱིར་ཅམ་དང་སྒྲོལ་པ་ཅམ་ལ་ཆོག་མཆོམས་སོ་སོར་དམིགས་རིམ་  
 དང་ཆོམ་བྱ་བ་གོད་ཚུལ་བཞག་པ་ཡིན་གྱིས། དོན་སྐྱུ་གསུམ་གྱི་ཞིང་འབྲུལ་བྱ་  
 འབྲུལ་བྱེད་གྱི་དམིགས་པའི་བྱེད་བྲག་རྣམས་སོ་སོར་མི་བྱེད་པར། རྒྱ་ཆད་ཕྱོགས་  
 ལྷུང་དང་བྲལ་བའི་རང་སྤྱང་གི་ཞིང་ཁམས་སྟེང་འོག་སོགས་གྱིས་གཞལ་བྱ་མ་  
 དམིགས་པར་དེ་དག་གི་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་རེ་རེའི་ཁོངས་སུ་རྒྱལ་དེ་སྟེང་གྱི་ཞིང་ཁམས་  
 ཡངས་དོག་མེད་ཅིང་ཅིར་ཡང་འཆར་བའི་ཆོས་ཉིད་རང་གར་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པ་  
 བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བའི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་པའི་ཚུལ་ཁོང་དུ་རྒྱད་པའི་རང་ནས་  
 མོས་གུས་གདུང་བ་དང་བཅས་པས་ཐུལ་དགོས་ལ། ལས་དང་པོ་ལྟོངས་སུ་མ་གྱུར་  
 པ་དག་གི་ཆོས་དབྱིངས་བསམ་མི་བྲལ་བའི་ཞིང་ཁམས་སྐྱུ་གསུམ་གྱི་བཀོད་པ་རི་  
 ལྟར་ཡོད་པ་དེ་ལྟར་དུ་འབྲུལ་སྒྲུལ་པའི་འདུན་པའི་རེས་ཤེས་གལ་ཆེ། གང་ལྟར་  
 བདག་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་ཆོགས་གཉིས་རྩོགས། སྒྲིབ་གཉིས་བྱང་།  
 ཉམས་དང་རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་བྱང་པར་ཅན་རྒྱད་ལ་སྟེས། མཐར་ཐུག་སྐྱུ་གསུམ་  
 གྱི་ཞིང་ཁམས་རྒྱ་མཆོར་ལོངས་སྤྱད་དུ་གསོལ་སྒྲུལ་པའི་མོས་གུས་བྱ། མཐར་  
 མཆུལ་ཆོགས་ཞིང་དང་བཅས་པ་འོད་དུ་ཁྱེན་ས་རང་ལ་ཐིམ་པས་ཆེ་བསོད་དཔལ་  
 འབྱོར་ཡེ་ཤེས་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་བསམ་ལ་མ་བཅོས་ཡེ་གྲོལ་གྱི་རང་དུ་ཅི་གནས་  
 སུ་བཞག སྤྱར་བཟང་པོ་སྟོང་པ་སོགས་བསྟོ་སྟོན་གྱིས་རྒྱས་གདབ་པའོ། །  
 གངས་གསོག་སྐབས་དཀའ་ཆོགས་བྱང་དུ་བསད་དེ་སྟོ་སེམས་དང་ལྟན་པའི་བརྟེན་  
 འགྲུས་དང་ལེ་ལོ་སོགས་ལ་བཟོད་པའི་སྟོ་ནས་རབ་རང་གཞུང་ལྟར་སྐྱུ་གསུམ་  
 མཆུལ་ཁོན་འཇལ། བསྐྱེན་ས་གཞི་སྟོས་རྒྱས་སོགས། ཆོམ་བྱ་བདུན་མ་གསོག་ཐུན་  
 མགོར་རྒྱས་པ་གང་རུང་རེ་བྱ། དམ་པ་གསུམ་གྱི་ཕྱིས་ཐེན་པ་གལ་ཆེ་བ་ནི་ཐམས་  
 ཅད་ལ་འདྲའོ། །རང་ལ་འབྱོར་བ་ཡོད་ན་ནས་འབྲས་སོགས་དྲི་བཟང་གི་རྒྱས་  
 སྐྱགས་ནས་ཁ་དོག་མེར་པོ་བྱ་སྟེ་མཆོད་འབྲུ་རྟིང་པ་ཡང་རྫོགས་མི་བྱ་ཞིང་གསར་པ་  
 ཁོན་ས་འབྲུལ་ལ། རྟིང་བ་རྣམས་བྱ་བྱེད་དང་སྤྱང་ལོང་སོགས་ལ་སྦྱིན་པར་གཏོང་།



བཟམ། ཉེན་དུང་དུ་སྤྲངས་ཏེ་འཛོག་པ་གང་རུང་ལས་རང་གིས་བདག་ཏུ་བཟུང་  
ནས་ཡོངས་མི་སྤྲད། དེ་ཙམ་མ་འབྱོར་ན་ཡང་ཅི་འབྱོར་བའི་ཆོད་དུ་མཆོད་འབྲུ་བརྗེ།  
དེ་ཡང་མ་འབྱོར་ན་འབྲུལ་ཐེབས་གཅིག་གིས་མཆོད་འབྲུ་ཡང་ཡང་ཐུལ་ཀྱང་རུང་།  
གང་ལྟར་བསམ་པ་དག་པ་དང་ཅི་འབྱོར་གྱི་དངོས་པོ་གཙང་ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་  
ཞིག་ཅིས་ཀྱང་དགོས། དེས་པར་དངོས་འབྱོར་གྱི་ཆ་རྒྱུན་མི་འཛོམ་པ་དང་། འཛོམ་  
ཀྱང་མི་སྤྲོ་བའི་དུས་དམིགས་གནད་དང་ལྟན་པས་ཉིང་དེ་འཛོན་གྱི་སྒོ་ནས་འབྲུལ་  
བ་སོགས་ཆོགས་བསགས་པའི་ཐབས་ལ་འབད་བ་ནི་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་ཐམས་  
ཅད་དུ་འདོར་དུ་མི་རུང་བའི་ཉམས་ལེན་ཡིན། གསུམ་པ་ཡན་ཡོན་ནི། ཆོ་འདོར་ཅི་  
བསམ་འབྲུག། མཐར་ཐུག་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པ་ནི། ཆོགས་གཉིས་རྫོགས་  
པའི་འབྲས་བྱ་མ་ཞོར་བ་ཡིན་པས་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་གྱི་ཆོགས་མ་རྫོགས་  
པར་སངས་རྒྱས་སྐྱུ་གཉིས་གྱི་འབྲས་བྱ་ཐོབ་ཐབས་མེད་པ་སྤར་ཡང་བསྟན་ལ།  
མགོན་པོ་ཀླུ་སྐྱུ་བ་གྱི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། དག་བ་འདི་ཡིས་སྤྱོད་པོ་ཀུན། །བསོད་ནམས་  
ཡེ་ཤེས་ཆོགས་རྫོགས་ཤིང་། །བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ལས་བྱུང་བའི། །དམ་པ་སྐྱུ་  
གཉིས་ཐོབ་པར་ཤོག །ཅིས་པ་ལྟར། དམིགས་བཅས་བསོད་ནམས་གྱི་ཆོགས་  
རྫོགས་པས་གཟུགས་སྐྱུ་དམ་པ་དང་། དམིགས་མེད་ཡེ་ཤེས་གྱི་ཆོགས་རྫོགས་པས་  
ཆོས་སྐྱུ་དམ་པ་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། །

རྒྱལ་བའི་སྤྲས་པོ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་རྣམས་ནི་ཆོགས་བསགས་དང་། སྤྱིབ་སྤྱོང་  
གང་བྱེད་ཀྱང་། བམ་མཁའའི་མཐས་བྱལ་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་བྱེད་པ་ཉག་  
གཅིག་ཡིན་པས། རང་གི་ཆོ་འདོའི་ཆེད་དུ་སྤྱབ་པ་ལྟ་ཡང་ཅི་སྟོས། རང་དོན་དུ་  
རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་འདོད་ཀྱང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་  
དང་འགལ་ན། ཆོགས་བསགས་སྤྱིབ་སྤྱོང་གང་བྱེད་ཀྱང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་  
དམིགས་པ་ལས། རང་འདོད་ཀྱི་སྟོ་དང་མ་འདྲིས་པ་ཞིག་གལ་ཆེའོ། །དེ་ལྟར་བྱས་  
ན་རང་དོན་དང་ཆོ་འདོའི་བདེ་སྤྱིད་སོགས་མི་འདོད་ཀྱང་ཞར་ལ་འབྱུང་སྟེ། མེ་



འབྱུང་པའི་ཞར་ལ་དུ་བ་འབྱུང་བ་དང་། ཉམས་བཅུ་བ་པས་སོག་མ་ཞར་ལ་འབྱུང་བ་  
 ལྟར་ཡིན་པས་ན། རང་དོན་ཆེད་གཉེར་གྱི་སྒྲོ་ནི་སྤང་བར་བྱའོ། །ཚོགས་པས་གས་  
 བ་མཆོལ་གྱི་ཁྱིད་ཀྱི་རིམ་པའོ། ། །ལྟ་བ་བདུད་བཞི་ཅིག་ཅར་དུ་བཅོམ་པ་ཀུ་སྟ་  
 ལའི་ཚོགས་པས་གས་ནི། སྤྱིར་སེམས་ཉིད་ངལ་བསོ་ནས་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་དང་  
 འབྲེལ་བར་ལུས་གྱི་མཆོད་པ་འབྱུང་ཡང་། སྤྱབས་སུ་བབ་པ་ཕྱག་སྒྲོལ་བཞིན་  
 མཆོལ་གྱི་ཡན་ལག་ཏུ་འདིར་འཆད་པར་བྱ་ལ། དེ་ཡང་ཀུ་སྟ་ལི་ཞེས་པ་ནི་སྤང་བོ་  
 སྟེ། བྱ་བཅུང་རི་ཁྱོད་པ་ལྟ་བུ་ཚོགས་པས་གས་པའི་ལོངས་སྤྱོད་གཞན་མི་ཉིད་པ་  
 རྒྱུམས་དང་། བདག་འཛིན་བཅོན་ཐབས་སུ་གཅོད་པར་འདོད་པས་རང་ལུས་མཆོད་  
 སྦྱོན་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་དངོས་པོ་གཞན་བརྒྱ་སྟོང་མཆོད་སྦྱོན་བྱས་པ་  
 ལས་འདི་བྱུང་དུ་འཕགས་ཤིང་ཕན་ཡོན་ཆེད་མེད་དེ། རི་སྐད་དུ། ཏྲ་དང་སྤང་བོ་  
 བརྒྱ་འགྱུར་ཡིན། །བྱ་དང་རྒྱུང་མ་སྟོང་འགྱུར་ཡིན། །ལུས་གྱི་མཆོད་སྦྱོན་འབྲུམ་  
 འགྱུར་ཡིན། །ཞེས་པ་ལྟར། བདག་གི་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་གཙོ་བོ་ལུས་འདི་  
 ཡིན་པས་ལུས་མཆོད་སྦྱོན་ཙམ་དུ་མ་ཟད་བདག་འཛིན་གྱི་འབྲི་བ་བཅོན་ཐབས་སུ་  
 གཅོད་པའི་ཐབས་ཀྱང་ཡིན་ཅིང་བྱ་སྟེ་ལ་ཆོད་ཆེ་བའི་གནད་ཀྱི་གདམས་པ་ཟབ་མོ་  
 ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ། མདུན་མཁར་རིན་པོ་ཆེ་ཁྱི་རྒྱུང་དར་ཟཔ་འཕོལ་བཅུགས་  
 སོགས་རབ་ཏུ་མཛེས་པའི་སྟེང་དུ་ཞིང་ལྷགས་གྱི་གདན་ལ་བྱིན་ཆེན་རྩ་བའི་སྒྲ་མ་དེ་  
 ཉིད་ཉེ་རུ་ཀ་བ་རྣལ་འབྱོར་སྤྱོད་པའི་ཆས་ཅན་ཕྱག་གཡས་ཐོད་པའི་རྒྱ་མ་རུ་འབྲོལ་  
 སྤྱབས་དང་གཡོན་རྩན་ཐོད་བཅུད་ལྟན་དཀྱར་བཅེན་རྩལ་ཞབས་རོལ་སྤྱབས་སུ་  
 བཞུགས་པའི་འཕོར་དུ་བརྒྱད་གསུམ་རིག་པ་འཛིན་པ་རྒྱུམས་དང་སངས་རྒྱས་དང་  
 བྱང་སེམས། ཡི་དམ་སྟེ་འཕྱུལ་ཞི་བ་དང་ཁྱོ་བོ་གནས་ལུལ་ལྟན་སྦྱེས་གྱི་མ་མོ་  
 མཁའ་འགྲོ་སྟེ་སྤྱིད་ལྷའི་མགོན་དང་།  
 ཡེ་ཤེས་དང་ལས་ལས་གྲུབ་པའི་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྤྱོད་དམ་ཅན་མགོན་པོ་  
 ཡོན་ཏན་གྱི་མགོན་རྒྱུམས་གྱིས་ཡོངས་སུ་བསྐྱོར་བ། འོག་ཏུ་དུས་གསུམ་གྱི་པ་མར་

གྲུར་པའི་འགོ་བ་རིགས་དུག་སྒྲིང་རྗེ་མགོན། རྩོན་ལས་འབྲེལ་རྒྱུན་གྱི་གཞོན་བྱེད་  
 ལོག་འདྲན་གདོན་བཞགས། བྱད་པར་དུ་དུག་གསུམ་རང་ཁར་ཤོར་བའི་ཕོ་གདོན་  
 རྒྱལ་པོ། མོ་གདོན་བསེན་མོ། རྒྱ་གདོན་ས་བདག་སོགས་ཤུ་ལོན་ལན་ཆགས་གྱི་  
 མགོན་རྣམས་དང་། གཞན་ཡང་ཁས་ཞན་དབང་རྒྱུད་གྲོ་བུར་དུ་ལྷགས་པའི་མགོན་  
 ལྷག་མ་ལ་རེ་བ་རྣམས་དང་བཅས་པ་སྐད་ཅིག་གིས་གསལ་བཏབ་ལ། ཉང་བདག་  
 ཏུ་འཛིན་བྱེད་ཡུལ་ཅན་སེམས་གིས་ཐྱི་འབྲེལ་སྤང་བྲག་བཅས་གྱི་ཕུང་པོ་སོགས་  
 བདག་ཏུ་བརྒྱུད་ནས་འཆི་མེད་གཞུག་མའི་ཡེ་ཤེས་ལ་སྒྲིབ་པར་བྱེད་པའི་ལམ་གྱི་  
 བར་ཆད་ཆོ་འདིར་ཞེན་པ་ལྷ་བུའི་བདུད་བཙན་ཐབས་སུ་གཅོད་པའི་ཐྱིད། རང་གི་  
 སེམས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ཉིད་ཐིག་ལེ་དཀར་པོ་སྒྲན་མ་ཙམ་པ་ཞིག་གསལ་ལ།  
 ཡུལ་ཅེས་བརྗོད་པ་དང་ཆབ་གཅིག་དབུ་མའི་ལམ་བརྒྱད་དེ་ཆངས་བུག་ནས་རྒྱངས་  
 སེ་ཐོན་པའི་མོད་ལ་རོ་དེ་གན་རྒྱལ་དུ་ལིང་རེར་འབྱེལ་ཏེ་རྣམ་ཤེས་དབྱིངས་སུ་  
 ཐིམ་པར་དམིགས་ལ། དབྱིངས་རིག་དབྱེར་མེད་གྱི་རང་དུ་དལ་ཅིག་བཞག་པས་  
 འཆི་བདག་གི་བདུད་བཙན། སྤར་རིག་གདངས་རྒྱ་ལས་ཉི་ལྔ་དང་བའི་རྒྱལ་གྱིས་རང་  
 བུང་ཡེ་ཤེས་གྱི་མཁའ་འགོ་ཁྲོས་མ་མཐིང་ནག་དར་དང་རུས་པའི་ཕྱག་རྒྱ་ལྷས་  
 བརྒྱན་པ། སྤྱི་པོར་ཕག་ཞལ་གྱིས་མཆོན་པ་ཅན་དུ་གསལ་བའི་ཕྱག་གཡས་ཉོན་  
 མོངས་སྒྲེ་ཤིའི་བདུད་ཅུད་ནས་གཅོད་ཅིང་འཛོམས་བྱེད་ཡེ་ཤེས་གསུམ་མཆོན་གྱི་  
 གི་གྲག་ནམ་མཁའ་འབྱར་བས། རང་འཛིན་ཕུང་པོའི་བདུད་རོ་དེ་ཉིད་གྱི་ཐོད་པ་  
 སྒྲིན་མཆོམས་ནས་བྲལ་ཏེ། ཕྱག་གཡོན་པ་ལས་བྱེད་གྱི་མཁའ་འགོ་མའི་རྒྱལ་གྱིས་  
 རྩོང་གསུམ་དང་མཉམ་པའི་ཐོད་པ་དེ་ཉིད་སྤངས་ནས། རྒྱ་གསུམ་མཆོན་པའི་མི་  
 མགོའི་སྤྱིད་ཤུ་རི་རབ་ཙམ་གསུམ་གྱི་ཁར་བཞག་པར་དམིགས་ལ།  
 ལུས་གཅེས་འཛིན་པོར་བས་ལྷ་བདུད་ཆོམ་། སེམས་ཆངས་པའི་སྒོ་ནས་དབྱིངས་ལ་  
 ཐོན་། འཆི་བདག་གི་བདུད་བཙན་ཁྲོས་མར་གྱུར་། གཡས་ཉོན་མོངས་བདུད་བཙན་  
 གི་གྲག་གིས་། གཟུགས་ཕུང་པོའི་བདུད་བཙན་ཐོད་པ་བྲེགས་། གཡོན་ལས་བྱེད་

ཚུལ་གྱིས་རྩུག་ཐོགས་ཆུ་གསུམ་གྱི་མི་མགོའི་སྐྱེད་པུར་བཞག་ནང་སྡོང་གསུམ་གང་བའི་བམ་རོདེ་ཞེས་སྐར་ཕྱག་གི་གྱི་གྲག་གིས་རོདེ་ཉིད་ལ་རེག་པ་ཙམ་གྱིས་རྩོ་ཁབ་ལེན་གྱིས་ལྷགས་རུལ་སྒངས་པ་ལྷར་ལེན་ཏེ་ཐོད་པའི་ནང་དུ་བསྐྱར་བ། ད་ལྟའི་ལུས་འདི་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར་རབ་རྒྱུ་ཆེ་བ་སྡོང་གསུམ་དང་མཉམ་པ། ཆོ་ཞིང་སྐུམ་པ་མཛེས་གིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་སྤྱིད་ན་རེན་ཐང་བལ་བ་ཞིག་རྒྱུར་པ་རོདེ་ཉིད་ལ་སྐར་ཡང་ཕྱག་གི་གྱི་གྲག་ཆོད་ཙམ་བྱས་པས་རུམ་པུར་སིལ་པུར་གཏུབ་ནས་སྒངས་པར་བསམ་ལ། ཨ་ཐུང་དང་ཉི་ཡིག་གིས་བདུད་རྩིར་བཞུ། འབྲུ་གསུམ་གྱི་རུས་པས་སྒྱངས་སྤེལ་བསྐྱར་ཞེས་ཐོད་པའི་འོག་རྒྱ་སྐྱེད་པུ་གསུམ་གྱི་སྐུམ་མདོར་ཤེས་རབ་ཀྱི་རང་བཞིན་ཨ་ {དམར་པོ་འམ་པ་ལོག་གང་རུང་། མཆན།} ཐུང་ལས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེ་བདེ་རྟོད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཙན་ལུ་རུ་འབར་བས་ཐོད་པའི་ནང་གི་ག་རུས་ཁོལ། རྒྱངས་པ་སྡོང་གི་ཐབས་བདེ་བ་ཆེན་པོ་རང་བཞིན་ཉི་ཡིག་དཀར་པོ་མགོ་ཐུར་བསྐྱར་རྒྱག་ནས་པ་ལ་ལོག་པས་བདུད་རྩིའི་རྒྱན་འཛག་སྟེ་ཞུ་ཞིང་ཁོལ། ཨྱི་བརྟོད་པས་བདག་ཁྱོས་མའི་ཐུགས་ཀ་ནས་ཨྱི་ཡིག་དཀར་པོ་དབག་རྒྱ་མེད་པ་འཕྲོས་ཏེ་ཐིམ་པས་མ་དག་པའི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་རྒྱངས་པ་སྡོང་དམར་གྱི་རྣམ་པར་བྱིར་ཐོན་ཏེ་སྐྱེངས། ཨྱི་ {དམར། མཆན།} བརྟོད་ཅིང་འཕྲོས་པས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་རྩི་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པར་སྤེལ། རྩི་ {མཐིང་། མཆན།} བརྟོད་ཅིང་འཕྲོས་པས་རོ་བོ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་རྩི་ལ་རྣམ་པ།

ཁ་དོག་དཀར་པོ་རྒྱ་ཁྱེན་ལྟ་བུ་སྤྱིས་མ་དམར་སེར་གུར་གུམ་གྱི་ཁུ་བ་ལྟ་བུས་བྱབ་པ་རབ་རྒྱ་མཛེས་གིང་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་ཡིད་འཕྲོག་པ། དེ་འཛིག་རྟེན་ན་བཟང་ཞིང་རད་པ་དང་ལྷན་པ་རི་སྡོད་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་གཅིག་རྒྱ་བསྐྱས་པ་ལྟ་བུ་ཆོར་བ་ཙམ་གྱིས་གཏུག་པའི་བསམ་སྐྱོར་ཐམས་ཅད་ཞི་ཞིང་ལུས་སེམས་བདེ་བས་ཆོམ་པ། རྩོ་ཁ་མངར་སྐྱར་བ་ལན་ལྷ་སོགས་འཛིག་རྟེན་གྱི་རོ་བཅུད་རུས་པ་ཐམས་ཅད་གཅིག་རྒྱ་བསྐྱས་པ་ལྟ་བུ་ཐུང་བ་ཙམ་གྱིས་ཟག་མེད་བདེ་བའི་ཟས་གྱིས་འཛོལ།

ཁུས་པས་མཆོད་ཡུལ་ལྷ་ཚོགས་ཀྱི་སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་དགེས་པ་སྒོང་བ་སྦྱིན་  
 ཡུལ་ལྷ་སྦྱིན་སྦྱོང་བ་ཀྱི་གདུག་རྒྱུ་བ་དང་སྦྱུག་བསྐྱེད་ཞེན་ས་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་  
 རིན་པོ་ཆེ་རྒྱུད་ལ་སྦྱོང་བར་བྱེད་པ། རིགས་དུག་སོ་སོའི་ལས་སྤང་གི་སྦྱུག་བསྐྱེད་  
 ཐམས་ཅད་དང་བུལ་ཏེ་འདི་ཕྱི་པན་བདེ་ལ་སྦྱོར་བ། བགེགས་རིགས་ལན་ཆགས་  
 ཀྱི་བདག་པོ་རྣམས་ཀྱི་ལན་ཆགས་ཤིང་འཁོར་ཐམས་ཅད་བྱང་ནས་གནས་སྐྱབས་  
 བདེ་སྦྱིད་སྦྱོར་སྦྱུང་ཚོགས་པ་དང་། མཐར་ཐུག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་སྦྱོར་བ།  
 ལྷག་མར་དབང་བའི་མགོན། ཞ་པོ་རྩ་འཕུལ་ཀྱི་རྒྱུད་པ། ལོང་བ་ཤེས་རབ་ཀྱི་མིག་  
 འོན་པ་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་སྒྲ། བོངས་པ་འདོད་ཡོན་གྱི་གཏོར་དང་ལྷན་པར་བྱེད་པའི་ཟག་  
 མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་རྩི་འདོད་རྒྱ་ཡིད་བཞིན་གྱི་སྦྱིན་སྤང་ཟད་མི་ཤེས་པའི་རང་  
 བཞིན་དུ་གྱུར་པར་བསམ་ལ། ཇོ་ལྷ་རྩྱུ་། ཞེས་མང་དུ་བརྗོད་ཅིང་རང་ཉིད་ཁྱོས་  
 མའི་ཐུགས་ཀ་ནས་མཆོད་པའི་ལྷ་མོ་རིན་པོ་ཆེའི་སྦྱོང་སྦྱུང་ཚོགས་དང་ལྷན་ཐོང་  
 ཐོགས་པ་ཉི་ལྷུ་ལྷ་བྱ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་སྦྱོས་ཏེ། བདུད་རྩིའི་སྤྱད་ཀྱིས་དགོན་  
 མཆོག་གི་ཁྱའི་མགོན་ལ་གྲས་པའི་ཚུལ་གྱིས་མཆོད་ཅིང་།

བྲམ་དང་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་རྣམས་ཀྱི་ལྷགས་རྩོ་རྩེ་ཅེ་ལྷ་བ་སྐྱུ་གུ་ཅན་དང་།  
 ཡི་དམ་དང་མཁའ་འགྲོའི་ལྷ་ཚོགས་ཀྱི་རང་རང་གི་རིགས་དང་མཚུངས་པའི་འཁོར་  
 ལོ་རྩོ་རྩེ། རིན་ཆེན་པར་རྒྱ་གུ་མ་སོགས་ཀྱིས་མཆོན་པའི་ལྷགས་དང་། ཡོན་ཏན་གྱི་  
 མགོན་ཡེ་ཤེས་པའི་ཆོས་སྦྱོང་པོ་རྒྱུད་རྣམས་ཀྱི་ལྷགས་རལ་གྱི་དང་། མོ་རྒྱུད་རྣམས་  
 ཀྱི་ལྷགས་གྱི་གྲག་གི་རྣམ་པ། གཏོར་སྤྱད་དམ་ཅན་གཞི་བདག་དང་བཅས་པའི་  
 ལྷགས་ཉི་ཟེར་གྱི་རྣམ་པའི་སྐྱུ་གུས་བདུད་རྩིའི་བཅུད་དངས་གིང་གསོལ་བས་  
 ཐུགས་རྒྱུད་ཟག་མེད་བདེ་བས་ཆོས་ཏེ་བདག་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 ཚོགས་གཉིས་རྩོགས། སྦྱིབ་གཉིས་བྱང་། མཆོག་དང་ཐུན་མོང་གི་དཔོས་གྲུབ་ཐོབ།  
 ཡོན་ཏན་མགོན་གྱིས་སྦྱོན་གྱི་ཐ་ཆོག་རྗེས་སུ་དུན་ནས་ཅི་འདོད་པའི་སྦྱོང་གོགས་  
 དང་ཕྱིན་ལས་སྦྱུབ་པར་བསམ། མར་མགོན་རྣམས་ལ་སྦྱོང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཀ་པུ་ལར་



བཅུད་ཟག་མེད་ཀྱི་བདུད་ཅིས་གང་བ་རེ་རེ་བཞེན་སྦྱིན་པ་ལམ། ཡང་ན་ཐོད་པས་  
བདུད་ཅི་བཅུས་ནས་འཐོར་བས་ཆར་བལས་པ་ལྟར་འཕང་མེད་དུ་སྦྱིན་པས་ཐམས་  
ཅད་མཉེས་ཤིང་ཆོམ། སོ་སེའི་ལས་སྒྲུབ་གི་སྤྱད་བསྐྱལ་དང་བྲལ། ལུས་སེམས་  
བདེ་བས་གང་། ལུ་ལོན་ལན་ཆགས་ཤ་འཁོན་ཐམས་ཅད་བྱང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སེམས་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱུད་ལ་ལྟར་ངར་སྦྱོས་པར་བསམ་པ་ན་མས་ནི་བདུད་ཅི་དཀར་  
འགྲེད་ཀྱི་དམིགས་པ་ལོ། ཡང་ཁྱ་འགྲེད་དམིགས་པས་ལ་སྦྱོ་ན། རོ་བོ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་  
བདུད་ཅི་ལ་ནམ་པ་འདོད་རྒྱུ་ལོངས་སྦྱོད་གང་ལ་ཅི་འདོད་སོ་སེའི་སྦྱོད་ལུལ་དུ་དེ་  
ལྟར་འཆར་བའི་ནམ་མཁའ་མཛོད་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་སྦྱིན་ཆེན་པོར་སྦྲར་བསྐྱར་ནས་  
མགོན་བཞི་ལ་འབུལ་ཞིང་སྦྱིན་པས། རང་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཚོགས་གཉིས་  
རྫོགས་སྦྱིབ་གཉིས་དག་སྦྱ་གཉིས་མངོན་དུ་གྱུར་པར་མོས། གང་ལྟར་ཡང་གཞུང་  
ཆོག་དམིགས་པས་ལ་དངོས་བསྟན་ལྟར། ཁྱད་པར་དུ་བཅོན་དང་། རྒྱལ་འགོང་།  
དམ་སྤྱི་མོ་འདྲེ་བསེན་མོ། ཆེ་འདྲེ་རྒྱུད་སྤྱི་སོགས་གནོད་བྱེད་གདུག་པ་ཅན་ཀྱི་  
ཚོགས་དང་། ལྷག་མའི་མགོན་བཅས་ལ་ཟས་གོས་ནོར་ཐུགས་གནས་མལ།  
མཁར་ཁང་། ཁྱོ་ལྷག་བཞེན་པ་ལ་སོགས་སོ་སེའི་གང་འདོད་ཀྱི་ལོངས་སྦྱོད་གཅིག་  
ལས་དུ་མར་འཆར་བ་དང་གཞན་ཡང་རྒྱ་གཉི་ཐུག་གིས་བསྦྱེད་པའི་སྒྲུ་དང་ས་  
བདག་ནམས་ལ།

ནེའུ་སེང་དང་མེ་དོག་སྤྱ་ཚོགས་དང་རྩོན་ཤིང་སྤྱ་ཚོགས་པའི་སྦྱེད་མོས་ཆལ་མང་པོ་  
རྒྱ་རྩ་སོགས་དཀོར་ནོར། རིན་པོ་ཆེའི་བང་མཛོད་མང་པོ། བདག་གསོས་ཀྱི་སྒྲུ་སྦྱན་  
སྤྱ་ཚོགས། རང་དུར་སོགས་རྒྱ་བྱའི་རིགས་གྱུར། རིན་པོ་ཆེའི་ཁང་བཟང་མང་པོ་  
མདོར་ན་གང་འདོད་ཀྱི་ལོངས་སྦྱོད་དང་། ཤ་ཁྱག་སུས་པ་བདུད་ཅིའི་སྤར་པོར་  
དམིགས་ནས་སྦྱིན་པས་ཟད་མེད་དུ་ལོངས་སྦྱོད་ཐམས་ཅད་དགའ་ཞིང་ཆོམ། ལན་  
ཆགས་དང་བྲུ་ལོན་སོད། ལུས་ཀྱི་ནད་དང་སེམས་ཀྱི་སྤྱད་བསྐྱལ་གནོད་ཅིང་  
གདུག་པའི་བསམ་པ་ངན་པ་ཐམས་ཅད་ཞི། བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་སྤྱང་བ་རྒྱས། བྱང་ཆུབ་

གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པ་རྒྱད་ལ་སྦྱེས། ལུས་འཇའ་ཚོན་གྱི་སྦྱུང་དང་།  
 སེམས་གྱི་འབྲུལ་རྟོག་ཐམས་ཅད་ཚོས་སྦྱེའི་དབྱིངས་སུ་རྩལ་ནས་གནས་འབྱུང་བར་  
 བསམ། དེ་ལྟར་རིམ་ཅན་དང་། དམིགས་པས་ཚུན་ན། རོ་བོ་བདུད་ཅི་ལ་རྣམ་པ་  
 གོང་སྦྱོས་ལྟར་དམིགས་པ་གཅིག་གིས་དཀར་འབྱེད། ཁྲ་འབྱེད། དམར་འབྱེད་  
 གསུམ་ག་ཚང་པར་བྱས་ནས་འབྱུག་སུམ་དང་། སེམས་འཇའ་ཞིང་རིང་པ་བརྟེན་ལ།  
 སྒྲུབས་སུ་སེམས་ལ་སྤང་བ་བརྟེན་དེ་བྱ་བྱེད་གྱི་རྟོག་ཚོགས་དབྱིངས་སུ་ལ་བསྐྱུ་  
 ཡང་། སྤར་ལྟར་ལན་གངས་དམིགས་པ་བྱ་ལ་རིག་ཅུལ་སྦྱང་། གང་ལྟར་མཐར་  
 སེམས་ཅེས། མཚོན་བྱ་དང་མཚོན་ཡུལ་སོགས་གཟུང་འཛིན་གྱི་རྟོག་ཚོགས་ཐམས་  
 ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པའི་སེམས་གྱི་གཤིས་ལུགས་འོད་གསལ་ཚོགས་པ་  
 ཚེན་པོའི་དབྱིངས་སུ་སྦྱངས་ཤིང་འཁོར་གསུམ་གྱི་མཚན་མ་དང་བྲལ་བའི་ངང་ནས།  
 ཡར་མཚོན་ཡུལ་མགོན་གྱི་ཐུགས་དམ་བསྐྱངས། ཚོགས་ཚོགས་ནས་མཚོག་ཐུན་  
 དངོས་གྲུབ་ཐོབ། མར་འཁོར་བའི་མགོན་མཉེས་ལན་ཆགས་བྱང་། བྱད་པར་དུ་  
 གཞོད་བྱེད་བགལས་རིགས་ཚིམས། ཉན་གདོན་དང་བར་ཆད་དབྱིངས་སུ་ཞི། རྒྱུན་  
 ངན་དང་བདག་འཛིན་རྒྱལ་དུ་བསྐྱུགས། མཐར་མཚོན་བྱ་དང་མཚོན་ཡུལ་མ་ལུས་  
 ཀྱུན་གཤིས་ཚོགས་པ་ཚེན་པོར་མ་བཅོས་ཏེ། དེ་ལྟར་རང་གི་སྤོ་དང་མཚམས་  
 པས་བསགས་སྦྱངས་འདི་ལ་ནན་ཏན་དུ་བྱས་ན་ཚོགས་གཉིས་ཚོགས། གོམས་ན་  
 ཉན་གདོན་རྒྱུན་པར་གྱི་ལམ་ཁྱེར་གཞན་ལ་ལྟོས་མི་དགོས་པ་འདི་ཁོ་ནས་ཚོག་པས།  
 དམིགས་པའི་སྦྱོས་པ་མ་ཅིག་གི་གཅོད་ཀྱི་མན་ངག་དང་། སྦྱོས་མེད་རང་ལུགས་  
 གསང་གཅོད་རྟོ་རྟེ་ལམ་བསྟན་གཞན་ཐུན་མོང་སྤོ་སྦྱངས་སོགས་རང་རྒྱུད་ལ་གང་  
 འབྱོར་ཉམས་སུ་ལེན་ཅིང་ལམ་ཁྱེར་བྱེད་བྲག་སྒྲ་མའི་ཞལ་ལས་ཤིས་པར་བྱའོ། །ཀྱི་  
 སྤུ་ལའི་ཚོགས་གསོག་པའི་བྱིད་ཀྱི་རིམ་པའོ། །

དུག་པ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་རྒྱུད་ལ་བསྦྱེད་པའི་ཐབས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཐར་ཐུག་  
 རྒྱུན་སྒྲུབས་ཀྱི་འཇུག་སྒོ་ལམ་ཟབ་མོ་སྤོ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་བྱིད་ལ་གསུམ། དང་པོ་





ལའང་། སྤྲུལ་བསྟེན་ཚུལ། ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་པའི་ཕན་ཡོན་གཉིས་ལས། དང་པོ་  
 བསྟེན་ཚུལ་ནི། གང་ཟག་ཆེ་འདིར་གྲོལ་བར་འདོད་པའི་རིགས་ཅན་སྐལ་ལྷན་  
 རྣམས་ཀྱིས་བསྟེན་བྱ། བརྒྱད་པའི་བྱིན་རྒྱལ་པས་དང་ལྷན་པའི་ཆེ་རབས་ཀྱི་སྤྲུལ་ཉིད་  
 བ་རབ། མིན་ཀྱང་རང་གིས་ཡིད་ཆེས་ཤིང་ཁྱེད་བཙུན་པ་ཞིག་ལ་བསྟེན། དེ་ཡང་  
 བསྟེན་ལོ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་ཡོན་ཏན་གྱི་ངོས་ནས་སངས་རྒྱུས་དང་མཉམ་ལ། བཀའ་  
 དྲིན་ནི་སངས་རྒྱུས་སྟོང་ལས་ཀྱང་ལྷག་སྒྲུམ་པའི་ངེས་ཤེས་ཀྱི་དད་པ་བརྟན་པོ་དག་  
 སྤང་དང་བཅས་པས་མཉེས་པ་གསུམ་གྱི་སྟོན་ནས་བསྟེན་དགོས། གཉིས་པ་ཚུལ་  
 བཞིན་བསྟེན་པའི་ཕན་ཡོན་ནི། སྤྱིར་གསང་སྤྲུགས་དོན་རྟེན་ཐེག་པའི་ལམ་གྱི་སྟོར་པོ་  
 སྤྲུལ་འེན་ལ་འཕྱོར་སྟོན་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པ་རྒྱུད་སྟེ་ཐམས་ཅད་ཞལ་མཐུན་པས།  
 གཞན་བསྟེན་རྟོགས་བསྟོན་པ་ལས་ཀྱང་ལྷག་པར་གསུངས་ཏེ། རྒྱུད་ལས། གང་  
 གིས་བསྐྱལ་པ་བྱེ་བ་སྤྱ ། ལྟ་སྤྱུ་འབྲུམ་ཐག་བསྟོན་པ་བས། །སྤྲུལ་སྤྱད་ཅིག་དྲན་པ་  
 མཆོག་ ཞེས་སོ། །ཁྱེད་པར་རང་བཞིན་རྟོགས་པ་ཆེན་པོ་སྟོར་ཐེག་དོན་སྟོར་པོའི་  
 ཐེག་པ་འདིའི་ལུགས་ལ།  
 ཐེག་པ་འོག་མ་ལྟར་རྟོག་དཔྱད་དང་གཏན་ཆོགས་ལ་སོགས་ཐོས་བསམ་གྱི་སྟོན་ནས་  
 ཟབ་མོའི་དོན་གཏན་ལ་འབེབ་པ་ཡང་མ་གསུངས། རྒྱུད་སྟེ་འོག་མ་ལྟར་ཐུན་མོང་  
 གི་དངོས་གྲུབ་ལ་བརྟེན་ནས་མཐར་ཐུག་མཆོག་ལ་སྟོར་པ་ཡང་མ་གསུངས། རྒྱུད་  
 སྟེ་མོང་མ་གཞན་ལྟར་དབང་གསུམ་པའི་དཔེའི་ཡོ་ཤེས་ལ་བརྟེན་ནས་དོན་གྱི་ཡོ་  
 ཤེས་དོ་སྟོད་ཅུལ་དུ་བརྟེན་པ་ཡང་མ་གསུངས། བརྒྱད་པ་གསེར་གྱི་ཉག་ཐག་ལ་  
 དམ་སེལ་གྱི་གཡས་མ་གོས་པའི་རྟོགས་པ་མཆོག་ལྷན་གྱི་སྤྲུལ་ཁོན་ལ། སངས་  
 རྒྱུས་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བཞག་ གང་གསུང་ཆོད་མར་འཛིན་ཅིང་ཞབས་ཏོག་རྣམ་  
 པ་གསུམ་བསགས་སྤང་གི་སྟོར་པོར་བརྒྱུད་ནས་ཅི་འགྲུབ་ལ་འབད་པ་བསྟེན་དེ།  
 སྟོར་ཁྱེད་རུས་པའི་གཏིང་ནས་ཡིད་ཁྱེད་ཤེས་གྱི་མོས་གུས་དྲག་པོས་གསོལ་བ་  
 འདེབས་པ་ཁོ་ནས་མཐུས་དཔེར་ན་སྤྱུ་བ་སྐམ་ཐག་ཆོད་པ་མེ་ཤེལ་དང་འབྲུད་པ་

ལྟར་སྐད་ཅིག་གིས་བྱིན་རྒྱལ་ས་འཕོ་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་རྟོགས་པ་བཅན་ཐབས་སུ་  
 རྒྱད་ལ་སྟེ་བར་བཞེད་བ་ཡིན་པས་རྒྱ་མཚན་ཤེས་པ་གཤམ་ཆེ་སྟེ། དཔལ་ས་ར་ཏས།  
 སྒྲ་མས་སྒྲས་པ་གང་གི་སྟིང་ཞུགས་པ། །ལག་པའི་མཐིལ་ན་གནས་པའི་གཏེར་  
 མཐོང་འདྲ། །ཞེས་དང་། དེ་བཞིན་ཀུན་མཁྱེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོས་སྒྲུ་མ་དཔལ་བསོ་  
 ལས་ཀྱང་བསྐྱེད་རིམ་དང་རྟོགས་རིམ་སྟོམ་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ནི། རང་རང་གི་  
 ལམ་ངོ་བོ་དེས་མི་གྲོལ་ཏེ། དེ་ཡང་སྟོད་པ་དང་བོགས་འདོན་སོགས་ལ་བརྟེན་པ་  
 ཡིན། སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ནི་རང་གི་ངོ་བོ་འདི་ཁོ་ནས་གནས་ལུགས་ཀྱི་རྟོགས་པ་  
 རྒྱད་ལ་སྟེས་ཏེ་གྲོལ་བ་ཡིན་པས་ན། ལམ་ཐམས་ཅད་ལ་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ཟབ་  
 པ་ཡིན་གསུངས་པ་དང་། དམ་ཆོག་བཀོད་པ་ལས། མཚན་དང་དཔེ་བྱད་ལྟན་པའི་  
 ལྟ། །བསྐྱལ་པ་འབུམ་དུ་བསྒྲོམ་པ་བས། །སྒྲ་མ་སྐད་ཅིག་དྲན་པ་མཆོག་ །བསྟེན་  
 རྒྱབ་བཞུས་པ་ས་ཡ་བས། །སྒྲ་མའི་གསོལ་འདེབས་ལན་གཅིག་མཆོག་ །ཞེས་དང་།  
 ཨ་ཏི་བཀོད་པ་ཆེན་པོ་ལས། དྱིན་དང་ལྟན་པའི་སྒྲ་མ་དེ། །སྟི་བོའི་གཙུག་གམ་  
 སྟིང་གི་དཀྱིལ། །ཡན་ལག་མཐིལ་དུ་གང་སྟོམ་པ། །སངས་རྒྱས་སྟོང་གི་དངོས་  
 གྲུབ་ཀྱང་། །གང་ཟག་དེ་ཡིས་འཛིན་པར་འགྱུར། །ཞེས་སོགས་མདོ་རྒྱད་ཀྱི་ལུང་  
 མང་ལ། རིག་འཛིན་འཇིགས་མེད་གླིང་པའི་ཞལ་སྔ་ནས་ཀྱང་།

ཁོ་བོས་ཀྱང་རྒྱལ་བ་གཉིས་ {གྲོང་ཆེན་པ། མཚན།} པའི་གསུང་རབ་མཐོང་ནས་སངས་  
 རྒྱས་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པ་རྒྱད་ལ་སྟེས་ཏེ་མུར་ཚུགས་སུ་གསོལ་  
 བ་བཏབ་པས། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲས་རྗེས་སུ་བཟུང་སྟེ། རང་བྱུང་གི་རྟོགས་པ་རྒྱད་ལ་  
 སྟེས། དུས་དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་ཞུ་བ་པོ་བརྒྱ་ལྷག་ཐལ་བ་ལ་བྲིད་བཏབ་པ་ཡིན་ཏེ།  
 བརྩོན་འགྲུས་ {རེ་དོགས་འཛིན་པ་དང་བཅས་པ། མཚན།} ཅན་འཇིག་རྟེན་པའི་བསམ་  
 གཏན་ལས་ན་མ་འཕར། ཤེས་རབ་ཅན་རྟོག་དཔྱེད་ {གཉིས་འཛིན་སྒྲུང་དོར་གྱི་ཡིད་  
 དཔྱེད་ཅན། མཚན།} ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་གོལ། དོན་དམ་པའི་རྟོགས་རྒྱལ་མོས་གྲས་ཀྱིས་  
 སྒང་ལ་ཐེབ་པ་གསྟག་བྱུང་ངོ་། །ཞེས་པ་ལྟར། འདི་ལས་ལྷག་པའི་ཟབ་ལམ་ནི་

ཐེག་པ་འཇིག་པ་དགྲའི་ཆོས་ཞལ་བསྐྱར་ཀྱང་མི་རྟོན་པས་མིང་དུ་སྒྲོན་འགྲོར་བཏགས་  
 ཀྱང་། རོན་དུ་དངོས་གཞིའི་ལམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནད་འགགས་མཐར་ཐུག་ཡིན་  
 པས། དུས་དང་རྣམ་པ་ཀྱན་ཏུ་འདི་ཁོ་ན་ལ་ཉམས་ལེན་གྱི་མཐིལ་བཅོལ་ན།  
 ཉམས་ལེན་གཞན་ཅི་ཡང་མེད་ཀྱང་རུང་བས་སྤྱིར་ཐག་པ་ནས་འབད་བ་ཅི་ནས་  
 ཀྱང་གལ་ཆེ། ཅུ་བའི་གཉིས་པ་དངོས་གཞི་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལའང་གཉིས།  
 ཆོགས་ཞིང་གསལ་གདབ་པ། ཡན་ལག་བདུན་པས་ཆོགས་བསགས་པའོ། །དང་པོ་  
 ཉི། ཨེ་མ་ཉོེ་རང་སྤྱང་ལྷན་གྲུབ་དག་པ་རབ་འབྱམས་ཞིང་། བཀོད་པ་རབ་  
 རྒྱལ་ཟངས་མདོག་དབལ་འི་དབྱས་། ཞེས་ཞིང་ཁམས་སྤྱོད་བ་སྤྱོ་སྤྱོབས་ཆེན་  
 པོའི་སྤྱོད་ཡུལ་ཡིན་པས་སྤྱང་བས་གར་བྱབ་ཐམས་ཅད་དབལ་འི་བསྐྱོད་ཀྱི་ཕོ་  
 སྤང་བཀོད་པ་ཆད་མེད་པ་མཆོན་ཉིད་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྒྱུ་གས་པར་གསལ་  
 པའི་དབྱས་སུ། རང་ཉིད་རྗེ་བཅུན་རྗེ་རྒྱལ་འབྱོར་མེ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་  
 དམར་གསལ་གྱི་ཐོད་འཛིན་། ཞབས་གཉིས་དོར་སྤྱབས་སྤྱན་གསུམ་ནམ་མཁར་  
 གཟིགས་། ཞེས། རང་ཉིད་དབང་གི་སྤྱོད་དུ་རུང་བ་དང་། བདེ་སྤྱོད་གི་ཡེ་ཤེས་  
 བསྐྱེད་པ་དང་། རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་རྟོན་འབྲེལ་གྱི་བྱང་པར་ལས། བད་ཉིའི་གདན་  
 གྱི་སྤྱེད་དུ།

དོ་པོ་མཁའ་འགྲོ་ཡེ་ཤེས་མཆོ་རྒྱལ་ཡིན་པ་ལ། རྣམ་པ་རྗེ་བཅུན་ {རྗེ་རྒྱལ་མོ་དམར་  
 མོ་གྱི་ཐོད་འཛིན་པ་ཞབས་དོར་སྤྱབས་ཅན་བསྐྱེད་ཀྱང་ཆོག་མཆན།} རྗེ་རྒྱལ་འབྱོར་མ་སྤྱོ་  
 མདོག་དམར་མོ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་སྤྱན་གསུམ་སྤྱོ་མའི་ཐུགས་ཀར་རིངས་པའི་  
 {དགའ་བས་བྲེལ་ལངས་པའི་རྒྱལ། མཆན།} རྒྱལ་གྱིས་གཟིགས་པ། ཕྱག་གཡས་མ་  
 རིག་གཉི་ཕྱག་གཉིད་ལས་སྤྱོད་བྱེད་ཐོད་པའི་རྒྱ་མ་རུ་སྤྱན་གཡས་ཀྱི་ཐང་དུ་འཁོལ་  
 བཤ། གཡོན་དུག་གསུམ་ཅུད་ནས་གཅོད་ཕྱིར་གྱི་གྲག་དཀྱར་བསྐྱེན་པ། སྤྱོ་གཅེར་  
 མོ་རུས་པའི་རྒྱན་དང་མེ་རྟོག་གི་རྒྱན་འཕྱང་ཅན་སྤྱང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་མཁའ་  
 ལས་འཇའ་ཆོན་གར་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་བསྐྱོམ། སྤྱོ་བོར་བསྐྱོད་འབྱམ་བཤལ་ཉི་ལྗེའི་

སྟེང་ ཞེས། དེའི་སྤྱི་པོར་སོར་བཞིའི་ཆད་ཅམ་གྱི་མཐུན་མཁར་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱི་  
 ཆོག་ལས་ཀྱལ་པའི་པདྨ་འདབ་མ་འབུམ་ལྟར་ཟེའུ་འབྱུང་མར་སེར་གྱི་ཐེང་བས་  
 ཡོངས་སུ་བསྐྱར་བའི་དབུས་སུ་སྤྱིད་ཞིའི་དྲངས་བཅུད་ཐབས་ཤེས་དབྱེར་མེད་  
 མཆོན་པའི་ཉི་ལྟེན་གདན་རབ་རྟུ་མཛེས་ཤིང་ཡིད་འཕྲོག་པའི་སྟེང་དུ། རྒྱལ་པོ་གནས་  
 ཀྱན་འདུས་ཅུ་བའི་སྤྱི་མ་དང་། དབྱེར་མེད་མཆོ་སྤྱིས་དོ་རྩེ་སྤྱུལ་པའི་སྤྱི་ དཀར་  
 དམར་མདངས་ལྟར་གཞོན་ནུའི་གཞུགས་ཅན་ ཐོད་ཁ་ཆོས་གོས་ཟབ་བེར་འདྲང་  
 མ་གསོལ་ ཞེས། རོ་བོ་དཔལ་ལྟར་ཅུ་བའི་སྤྱི་མ་ཡིན་པ་ལ། རྣམ་པ་ལོ་རྒྱུན་དོ་རྩེ་  
 འཆར་སྤྱི་མདོག་དཀར་ལ་དམར་བའི་མདངས་ཆགས་པ་དཔེར་ན་དྲུང་ལ་ཐོ་ཆོས་  
 བརྒྱས་པ་ལྟ་བུ་ཁྱོ་འཇུག་གི་ཉམས་ཅན་སྤྱན་གཉིས་ལྟ་སྤངས་ཉིག་གེར་གཟིགས་པ།  
 སྤྱི་ལ་ནང་དུ་བྱུང་མེམས་ཐེག་པ་རྫོགས་པའི་རྟགས་དོ་རྩེའི་གསང་གོས་དཀར་པོ་  
 དང་འདྲུང་མ་དམར་པོ། རྟགས་ཀྱི་ཐེག་པ་རྫོགས་པའི་རྟགས་སུ་ཐོད་ཆེན་མཐིང་ག་  
 ཐོ་ཐར་གྱི་ཐེག་པ་རྫོགས་པའི་རྟགས་ཆོས་གོས་དམར་པོ་གསེར་གྱི་ཉ་རི་ཅན། ཐེག་  
 པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་རྟགས་ཟ་འོག་བེར་ཆེན་དབང་གི་མདོག་ཅན་  
 རྣམས་བཅེགས་མར་གསོལ་བ། ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་རྒྱལ་པོ་འོ་ལ་པའི་སྤྱབས་  
 ཞེས། ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ཞབས་ལ་སག་ལྷུ་མ་གསོལ་ཞིང་རྒྱལ་པོ་འོ་ལ་པའི་  
 སྤྱབས་སུ་བཞུགས་པ། ཕྱག་གཡམས་དོ་རྩེ་གཡོན་པས་ཐོད་ཐུམ་བསྐྱམས་ ཞེས།  
 ཕྱག་གཡམས་རིག་སྟོང་འཁྱུར་བ་མེད་པའི་བརྟེན་གསེར་གྱི་དོ་རྩེ་ཅེ་ལྟ་པ་ཕྱགས་ཀར་  
 {གཏོད་ཚུལ་ཅན་སྒོམ་ཀྱང་འདྲ། མཆོན།} སྟེང་སྤྱིད་བསྟོན་པའི་ཚུལ་གྱིས་འཛིན་ཅིང་།  
 གཡོན་མཉམ་བཞག་གི་སྟེང་ན་སྟེང་སྟོང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་བརྟེན་ཀ་པུ་ལ་འཆི་  
 མེད་ཡོ་ཤེས་གྱི་བདུད་ཅིས་བཀར་བའི་དབུས་སུ་ཡོ་ག་ཆེའི་རིག་འཛིན་བརྟེས་པའི་  
 བརྟེན་ཆོ་བསྟུང་དཔག་བསམ་ལྟོན་ཤིང་གི་ཁ་རྒྱན་ཅན་འཛིན་པ།  
 དབུ་ལ་འདབ་ལྟར་པདྨ་འདྲེ་མཉེན་ཞུ་གསོལ་ ཞེས། སྤྱིར་ལྟ་རྒྱུན་རིན་པོ་ཆེའི་དབུ་ལྟ་  
 འདི་ལ་མི་འདྲ་བ་ལྟ་ཅམ་ཡོད་ཀྱང་། རྒྱལ་པོ་འདིར་པདྨ་མཐིང་གོལ་ལམ་འདབ་



ལྷན་རིགས་ལྷ་གསོལ་བ། དེ་ཡང་བསྐྱེད་རྩོགས་ཟུང་འཇུག་མཚོན་པའི་བྱི་ནང་  
 རིམ་པ་གཉིས། ལྷ་གསུམ་མཚོན་པའི་ཡར་ཅེ་གསུམ། ལྷ་ལྷའི་འགྲོ་དོན་མཛད་  
 པའི་མཚོན་ཁ་དོག་ལ། ཐབས་དང་ཤེས་རབ་མཚོན་པའི་ཉི་མ་དང་ཟླ་བ། དམ་  
 ཚིག་ལ་ལྷ་མཐའ་མེད་པའི་ལྷ་བྱུང་མཐིང་ག། ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་གཡོ་འགྲལ་མེད་པའི་  
 རོ་རྩེའི་དོག་ ལྷ་བའི་ཡར་ཅེ་རྩོགས་གིང་ལྷ་བ་པ་མཐར་ཁྱིན་པའི་རྒྱུ་རྒྱུ་སྒྲིལ་  
 བརྒྱན་པ། མཚན་ཁུང་གཡོན་ན་བདེ་སྟོང་ཡུམ་མཚོག་མཆོད་སྦྲུལ་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཁ་  
 རྒྱུ་རྒྱུ་སྒྲིལ་བསྐྱེད་མཆོད་ཞེས། མཚན་གཡོན་ན་ཡུམ་ལྷ་ལྷམ་མཁའ་འགྲོའི་དབང་  
 ལྷག་སྦྲུལ་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཁ་རྒྱུ་རྒྱུ་སྒྲིལ་བ། དེ་ཡང་རོ་བོ་རང་བཞིན་ལྷགས་རྩེ་གསུམ་  
 མཚོན་པའི་ཡར་ཅེ་གསུམ། ཚོས་སྒྲུ་ལོངས་སྒྲུ་སྒྲུལ་སྒྲུ་གསུམ་མཚོན་པའི་ཐོད་པ་  
 ལྷམ་ཚོན་རྩོད་གསུམ། ཐེག་རིམ་དགུ་མཚོན་པའི་རྩ་ལ་ལྷགས་ལོང་དགུ། ཡེ་ཤེས་  
 ལྷའི་མཚོན་དར་ཚོན་ལ། དྲར་ཁྱོད་ཚེན་པོ་བརྒྱད་དུ་བརྒྱལ་ཞུགས་ཀྱི་སྟོན་པ་མཛད་  
 དེ་མ་མོ་དང་མཁའ་འགྲོ་དབང་དུ་བསྐྱེད་པའི་བརྒྱུ་སྒྲིལ་གི་སྒྲུ་དང་གསོན་སྒྲུ་ལ་ཐོགས་  
 པས་བརྒྱན་པ་སྟེ་བདེ་དོན་རྟགས་གསུམ་རྩོགས་པ། འཇའ་ཟེར་ཐིག་ལེ་འོད་ལུང་  
 གྲོང་ན་བཞུགས་ཞེས། ལྷའི་མཚོན་དཔེ་གཟི་འོད་གྱིས་ཞིང་ཁམས་ཐམས་ཅད་  
 ལྷང་བར་བྱེད་ཅིང་། ལྷགས་རྩེའི་རང་མདངས་འཇའ་ཚོན་གྱི་གྲུང་ཁང་། ཐིག་ལེ་  
 དང་ཐིག་སྒྲན་མེར་མེར་ཐིག་ཐིག་རྟ་གཡོ་བའི་དབུས་ན་སྒྲུལ་པ་ཡང་སྒྲུལ་ཉི་ཟེར་  
 གྱི་རྒྱལ་ལྷར་འཁྲིགས་པ་ཞིག་གསལ་བཟུང་། ལྷའི་འཁོར་འོད་ལྷའི་བྱ་བས་མཛེས་  
 པའི་གྲོང་ཞེས། དེའི་ལྷའི་འོད་ལྷའི་བྱ་བ་མིག་མང་རིས་སུ་གར་བའི་ནང་  
 ཁོངས་འཇའ་འོད་རྒྱུ་འཁྲིལ་གྱི་དབུས་ན།

སྒྲུལ་པའི་རྩེ་འབངས་ཉི་ཤུ་ཅེ་ལྷ་དང་། ལྷ་བོད་པར་གྲུབ་རིག་འཛིན་ཡི་དམ་ལྷ་  
 མཁའ་འགྲོ་ཚོས་སྒྲོང་དམ་ཅན་སྒྲིན་ལྷར་གཉིབས་ལྷ་གསལ་སྟོང་མཉམ་གནས་ཚེན་  
 པོའི་རང་དུ་གསལ་ལ། ཞེས་ཅུ་བའི་བྲ་མའི་ལྷགས་ཡེ་ཤེས་ཚེན་པོའི་རྣལ་འོས་ལས་  
 གར་བའི་ལྷ་བོད་ཀྱི་པར་གྲུབ་རིག་པ་འཛིན་པའི་ས་ལ་བཞུགས་པ་ན་མས་དང་། ལྷ་

གར་གྱི་མཆོག་གི་རིག་འཛིན་ཆེན་པོ་བརྒྱད། རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ཕྱག་བརྒྱད་ཅུ་ཙུ་  
 བཞེ། བོད་ཀྱི་རྩེ་འབངས་ཆེན་པོ་ཉི་ཤུ་ཙུ་ལྟ་སྟགས། རྩོགས་ཆེན་བཀའ་གཏིར་  
 བརྒྱད་པའི་སྐུ་མ་རྣམས་དང་། གཞན་ཡང་ཡི་དམ་རྒྱུད་སྟེ་ཕྱག་གི་ལྟ་ཆོགས་དཔལ་  
 བོ་མཁའ་འགོ་ཆོས་སྦྱོང་དམ་ཅན་རྒྱ་མཚོའི་ཆོགས་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་པ་གསལ་  
 སྦྱོང་འཛིན་མེད་རྒྱ་རྒྱ་ལྟར་གཙོ་འཁོར་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ཐ་མལ་གྱི་སྦྱང་བ་  
 རང་འགགས་སུ་འགོ་བཞེག་གསལ་གདབ་ལ་མོས་གྲུས་གདུང་དབྱངས་སྟོན་པོས།  
 རྒྱུ་ ཞོ་རྒྱལ་ཡུལ་གྱི་རུབ་བྱང་མཚམས་ལ་ བསྐྱེད་པོ་སྦྱང་བོ་ལམ་ ཡ་མཚན་མཆོག་  
 གི་དངོས་གྲུབ་བརྟེས་ བསྐྱེད་འབྱུང་གནས་ཞེས་སུ་གསལ་ འཁོར་དུ་མཁའ་འགོ་  
 མང་པོས་བསྐྱེད་ བྱེད་ཀྱི་རྩེས་སུ་བདག་བསྐྱེད་ཀྱིས་ བྱིན་གྱིས་སྦྱོབ་བྱིར་  
 གཤེགས་སུ་གསོལ་ གུ་རུ་བསྐྱེད་མི་རྩི་རྩི་ ཞེས་བརྟེན་པས་ཐུགས་ {སྟོན་གྱི་ཞལ་བཞེས།  
 མཆོག་} རྒྱུད་བསྐྱེད་ཏེ། རྒྱ་གསུམ་དག་པའི་ཞིང་དང་རྩེ་ཡལ་དཔལ་རི་བསྐྱེད་ཀྱི་  
 ཞིང་ཁམས་ན་བཞུགས་པའི་བརྒྱུད་གསུམ་ཙུ་གསུམ་རྒྱ་མཚོའི་ཆོགས་དབལ་རུ་  
 མེད་པ། མཆོ་ལ་ཁ་བ་བབ་པ་ལྟར་སྦྱོར་དངས་ནས་བདག་དང་ཆོགས་ཞིང་ལ་སྦིབ་  
 སྦིབ་ཐིམ་བར་མོས། གཉིས་པ་ཆོགས་བསགས་པའི་སྦྱོ་ཡན་ལག་བདུན་ནི། འདི་  
 ལྟར་རྟོ་རྩེ་ཐེག་པའི་ལམ་ཐབས་མང་ལ། དཀའ་བ་མེད་པ་དང་། དབང་པོ་རྟོན་  
 བོའི་སྦྱོང་ཡུལ་ཡིན་པས། སེམས་སྦྱོབས་ཆེན་པོས་ཆོགས་བསགས་པ་ལ་རྒྱན་  
 ཆགས་སུ་བསྐྱེད་པས་པ་རོལ་རུ་ཐིམ་པའི་བསྐྱེད་པ་ཆེན་པོའི་ཆོགས་འདིར་སྦྱང་  
 ཅིག་མ་ལ་འདུམ་ནས་ཆེ་གཅིག་ལ་སྟོགས་པས་གྲོལ་བ་ཡིན་ལ། བྱེད་པར་རུ་  
 གསང་བ་སྐུ་ན་མེད་པའི་ཆོགས་ཞིང་གི་རབ་དང་ཕུལ་དུ་གྱུར་པ་ཡང་རྟོ་རྩེ་སྦྱོབ་  
 དཔོན་ཉག་གཅིག་རུ་རེས་པས་སྐུ་མའི་རྣལ་འབྱོར་དང་རྩེས་སུ་འབྲེལ་བར་འབྱུང་  
 བས་ན་གཞན་ལས་བྱེད་པར་རུ་འཕགས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལ་དང་པོ་རྒྱལ་གྱི་གཉེན་པོ་ཕྱག་འཛལ་བའི་ཡན་ལག་ནི། རྩི་ བདག་ལུས་  
 ཞིང་གི་རུལ་སྦྱེད་དུ་ རྣམ་པར་འབྱུལ་བས་ཕྱག་འཛལ་ལོ་ ཞེས། རྩིར་ཕྱག་འཛལ་

ཞེས་པ་ན་མཆོད་སྐྱེ་ལས་གྲུས་འདུད་ཀྱི་རྣམ་འགྱུར་ཡིན་པས་དེ་ལ་འད་ཡུལ་སོ་སེའི་  
 སྐོལ་མ་ངེས་ཀྱང་། བདག་ཅག་གི་འཁོར་ལོའི་མགོན་པོ་རྣམ་གཉིས་ཀྱི་ཞལ་རྒྱུན་  
 ལྟར་ན། རྟོག་བཤགས་སྐབས་བརྒྱུད་ཕྱག་དང་། རྟོག་སྐྱེ་ཡི་རངས་སྐབས་ཡན་  
 ལག་ལྟ་ལྟ་ཀྱི་ཕྱག་འཆོལ་དགོས་པར་གསུངས་པས། དེ་གཉིས་གང་ཡིན་ཡང་  
 དང་པོ་གྲུས་པའི་རྣམ་འགྱུར་སྟོང་ག་ནས་པར་ཁ་འབུས་འདྲ་བའམ། གཤུ་རྒྱུད་གི་  
 བརྒྱལ་ཞུགས་ཞེས་ལག་གཉིས་ཐལ་མོ་སྦྱར་བའི་སོར་མེའི་ཅེ་རྣམས་སྦྱད་པའི་ཐལ་  
 མོ་གྲུ་བཞི་ལྟར་འོང་བ་མཐོང་བརྒྱུད་ལྟར་བྱ་དགོས་པ་ནི། ཡོན་ཏན་མཛོད་ལས།  
 བབ་ཅོལ་གོམས་པ་མིན་པའི་ལུས་བརྟུད་ནས། སྟོང་གར་གྲུས་བཅས་མཛོད་རྟོགས་  
 རོམས་པ་ལ། མེ་རྟག་རྟག་པས་རབ་བཟུང་སྟོམ་པའི་སྟོད། གཤུ་རྒྱུད་གི་བརྒྱལ་  
 ཞུགས་འཛིན་པ་ཡིན། ཞེས་སོ། དེ་ནས་སྤྱི་བོ་ཞེས་རང་གི་མགོའི་སྤྱི་གཙུག་སྤྱི་  
 འབྱེལ་ཡོད་ས་འདི་དང་། མགོན་པ་ཐུག་པའི་དང་རུ་བྱེས་མཆོམས། སྟོང་དཀར་  
 བག་མཆོམས་གསུམ་ཐལ་མོ་གཏུགས། ལུས་ཀྱི་མ་ལུ་པོ་ནི། དབྱལ་བ། ལག་  
 མཐིལ་གཉིས། ལུས་མེའི་ལྟ་རྒྱུས་ཉེ་ལུ་པོ་སར་པབ་ནས་ཕྱག་འཆོལ་བ་ལ་  
 ཡན་ལག་ལྟ་ལྟ་ཀྱི་ཕྱག་ཞེས་སོ། སྤྱི་བོར་ཐལ་མོ་སྦྱར་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན་ཅི་  
 ཡིན་ཞེ་ན། ཐར་པ་ཆེན་པོ་ཕྱོགས་སྤྱུ་རྒྱས་པའི་མདོ་ལས། པར་ཁ་འབུས་ཕྱིས་འདྲ་  
 བ། ལག་གཉིས་སྤྱི་བོར་ཐལ་སྦྱར་ཏེ། ལུས་དབག་མེད་པའི་སྤྱིན་ཆོགས་བཅས། །  
 ཕྱོགས་བརྒྱའི་སངས་རྒྱས་ལ་ཕྱག་འཆོལ། ཞེས་སོ། །  
 དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པར་མི་བྱེད་ཀྱི་ལད་མོ་ལྟ་བུ་བབ་ཅོལ་དང་མ་གྲུས་པའི་སྟོན་སྐྱེ་ཕྱག་  
 འཆོལ་ན། ཡུལ་བྱུད་དུ་བསང་བའི་ཉེས་པ་ཡོད་ཚུལ་གསུངས་པས་དེས་ན་དད་  
 གྲུས་ཀྱི་བརྒྱལ་ཞུགས་དང་ལྟན་པས་རང་གི་ལུས་དབག་ཏུ་མེད་པར་སྦྱལ་ནས།  
 མེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རང་དང་འཇུག་པ་གཅིག་པས་ལོ་ཡག་གི་སྟེ་མ་རྒྱུད་  
 གིས་དེད་པ་ལྟར་དུས་གཅིག་ལ་ཕྱག་འཆོལ་བར་དམིགས་ན་ཕྱག་དེ་སྟེད་ཀྱི་ཡན་  
 ཡོན་ཐོབ་ཅིང་། དེ་མ་ཡིན་པར་ལུས་མི་བསང་བར་རྒྱུད་པོར་བྱ་བ་དང་། མགོ་ས་

ལ་མི་གཏུགས་པ་དང་། ཐལ་མོ་ལེགས་པར་མི་སྐྱར་བར་ལག་པ་ཡུག་ཙམ་བྱས་  
ནས་ཕྱག་འཛུལ་བ་རྣམས་ནི་ཕན་ཡོན་ཐོབ་མི་དགོས་ཉེས་པ་གསོག་བྱེད་ཡིན་པར་  
དམ་པ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱིས་གསུངས་པས་རྒྱ་མཚོན་གེས་པའི་སྒོ་ནས་ཉམས་སྲུང་  
བར་བྱའོ། །གཉིས་པ་མཚོད་པ་འབུལ་བའི་ཡན་ལག་ནི། དངོས་བཤམས་ཡིད་  
སྐྱལ་ཏིང་འཛིན་མཐུས་༥ སྤང་སྤིད་མཚོད་པའི་ཕྱག་རྒྱར་འབུལ་༥ ཞེས་དངོས་སྐྱ་  
རང་གིས་ཀྱུན་སྤྱོད་བསམ་པ་རྣམ་པར་དག་པས་ཅི་འབྱོར་བའི་མཚོད་པ་རྒྱ་བཟང་  
སྐྱས་གཙང་བཀོད་ལེགས་པ་སེར་སྐྱས་མ་བཅིངས་ཤིང་ཚུལ་འཛོམས་སྐྱ་མ་སོང་བ་  
བཤམས་ལ་དམིགས་རྟེན་ཙམ་བྱས་ཏེ། ཡིད་ཀྱིས་ནམ་མཁའ་དང་ས་གཞི་ཐམས་  
ཅད་བདག་པོས་ཡོངས་སྐྱ་བཟུང་བ་དང་མ་བཟུང་བའི་བྱི་ནང་གསང་བའི་མཚོད་  
པར་འོས་པའི་མཚོད་རྩིས་གྲངས་ལས་འདས་པ་མཚོད་པའི་ལྷ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་གྲུ་  
གར་གྱི་རྣམ་འགྱུར་དུ་མ་དང་བཅས་ཐོགས་ནས་མིག་འཕྲུལ་ལྟ་བུའི་ཡོངས་སྐྱ་གར་  
བདེ་དག་རེ་རེ་ལས་ཀྱང་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་མཚོད་རྩིས་གྱི་རྣམ་གྲངས་བསམ་གྱིས་  
མི་བྱུང་བ་སྒྲོས་ཏེ་ཕྱོགས་བརྩུའི་རྒྱལ་བ་སྤྱས་དང་བཅས་པ་ལ་དུས་རི་སྤིད་འཁོར་  
བ་མ་སྤོང་གི་བར་དུ་མཚོད་པར་དམིགས་པ་ནི་འཕགས་པ་ཀྱུན་ཏུ་བཟང་པའི་མཚོད་  
པའི་སྤྱིན་སྲང་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་འདྲ་བ་རང་སྒྲོས་ཅི་ཕྱོག་ཏུ་འབུལ་བ་དང་རྒྱན་ཏུ་ཡང་  
དངོས་འབྱོར་གྱི་མཚོད་པ་ཅི་རྣམས་སྐྱུང་འབད་དོ། །

གསུམ་པ་སྤྲིག་པ་བཤགས་པའི་ཡན་ལག་ནི། སྒོ་གསུམ་མི་དགའི་ལས་རྣམས་ཀྱུན་  
འོད་གསལ་ལྔོས་སྤྱི་རང་དུ་བཤགས་༥ ཞེས། དུས་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་  
ད་ལྟ་ལ་ཐུག་གི་བར་དུ་ཉོན་མོངས་པས་ཀྱུན་ནས་བསྐྱང་བའི་ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་  
གྱི་སྒོ་ནས་རང་བཞིན་གྱི་སྤྲིག་པ་མི་དགའི་ལས་གང་བསགས་དང་། བཅས་པའི་  
སྤྲིག་པ་སྤོམ་བསྐྱུང་དམ་ཚིག་ཉམས་ཆག་གང་ཤོར་བ་ཐམས་ཅད་གནོད་འབྱོད་  
དག་པོས་མཐོལ་ལོ་བཤགས་སོ། །སྤྱན་ཆད་མི་བཞིན་དོ་སྐྱམ་པའི་གཉེན་པོ་  
སྤོབས་བཞིའི་དག་པ་དུན་པའི་རང་ནས་བཤགས་པས། སྤྲིག་སྤྱིབ་ཐམས་ཅད་རང་





གི་ཕྱི་ཐོག་རྒྱ་ནག་ཡུང་གིས་འདུས་པ་ལ། ཚོགས་ཁིང་ལྷ་ཚོགས་ཀྱི་སྐུ་གསུང་ཐུགས་  
ལས་འོད་ཟེར་བྱུང་སྟེ་ཐོག་མ་ཐག་ཉི་མས་སུན་པ་དེད་པ་ལྷར་སང་སང་དག་པར་  
བསམས་ལ་ངེས་ཤེས་བསྐྱེད། མཐར་མང་རིག་འོད་གསལ་ཚོས་སྤྱི་འོད་དུ་ལ་  
བསྐྱེད། ། བཞི་པ་ཐག་དོག་གི་གཉེན་པོ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའི་ཡན་ལག་ནི། བདེན་  
པ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱས་པ་ཡི། དགེ་ཚོགས་ཀྱན་ལ་རྗེས་ཡི་རང་ཞེས། རྒྱལ་བ་  
རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་དང་། བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་མཛད་སྤྱོད་རྒྱ་བས་པོ་ཆེ་དང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
བསོད་ནམས་དང་ཐར་པ་ཆ་མཐུན་གྱི་དགེ་བ་དང་བཅས་ཀྱན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་  
གྱིས་བསྐྱས་པའི་རང་གཞན་གྱི་དགེ་ཅུ་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱིར་ཐག་པ་ནས་དགའ་བ་  
ཆེན་པོས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱོམ་པས་རང་གི་དགེ་བ་གོང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་བ་དང་།  
མ་བྱས་ཤིང་བསགས་པའི་དགེ་བ་རྒྱ་བས་པོ་ཆེར་འགྱུར་བ་སོགས་ཕན་ཡོན་ཆེད་  
མེད་པས་རྣམ་པ་ཀྱན་རྒྱ་གཅེས་སོ། །

ལྷ་པ་ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བར་བསྐྱལ་བའི་ཡན་ལག་ནི། རིགས་ཅན་གསུམ་  
ཀྱི་གདུལ་བྱ་ལ། ཐེག་གསུམ་ཚོས་འཁོར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱལ། ཞེས། སངས་རྒྱུས་  
དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བླ་མ་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་སོགས་པ་གཞན་དོན་  
རྒྱ་བས་པོ་ཆེ་ཁྱར་བཅོད་པ་རྣམས། འགོ་བའི་ལོག་སྒྲུབ་དང་སྦྱོང་ལ་གྱིས་ཐུགས་  
སུན་ནས་ཚོས་མི་གསུངས་པར་ཞི་བདེར་གཞོལ་བ་དག་གི་དུང་དུ། བདག་ལུས་བྱེ་  
བ་བརྒྱ་སྟོང་གངས་མེད་པར་སྐྱལ་ནས། གསེར་གྱི་འཁོར་ལོ་དང་དུང་དཀར་པོ་  
གཡས་འཁྱིལ་སོགས་ཐུལ་ནས་ཚོས་འཁོར་བསྐྱོར་བའི་གསོལ་བ་བཏབ་པས། བྱི་  
ཀྱན་འབྱུང་འདྲན་པའི་ཐེག་པ་ཉན་ཐོས་རང་རྒྱལ་བྱང་སེམས་གསུམ། ཉང་དཀར་  
ཐུབ་རིག་བྱེད་ཀྱི་ཐེག་པ་གྱི་ཡ་ལྷ་པ་ལ་ཡོ་ག་གསུམ། གསང་བ་དབང་བསྐྱར་  
ཐབས་ཀྱི་ཐེག་པ་མ་རྟུ་ཨ་རུ་ཨ་ཉི་གསུམ་སྟེ། ཐེག་པ་གསུམ་ལ་ནང་གསེས་དགྲར་  
དབྱེ་བ་དེ་དག་གདུལ་བྱ་ཚོས་གང་གིས་འདུལ་བའི་ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བར་



གསོལ་བ་བཏབ་པས་རང་རྒྱུད་ལ་བྱིན་རྒྱབས་འཕོ་བའི་ཚུལ་དུ་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་  
 ཏེ་དེ་ལས་པར་གཟུང་བའི་མོས་པ་བཏན་པོར་བྱའོ། །དུག་པ་ཕྱ་རན་ལས་མི་འདའ་  
 བར་བཞུགས་པར་གསོལ་བ་འདེབས་པའི་ཡན་ལག་ནི། རི་སྤྲིད་འཁོར་བ་མ་  
 རྟོངས་པར་མུ་རན་མི་འདའ་བཞུགས་གསོལ་འདེབས་མེས་ཞིང་ཁམས་འདི་  
 དང་གཞན་དག་ཏུ་སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གང་དག་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་  
 མཛད་ཟིན་ནས་ཕྱ་རན་ལས་འདའ་བར་བཞེད་པ་དེ་དག་གི་མདུན་དུ། རྟོན་རྟོན་པ་  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་དགོ་བསྟེན་ཚུནས་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ལྟར། བདག་གིས་  
 གདུང་བའི་ཤུགས་དུག་པོས་གང་སྐྱ་ཕྱ་རན་ལས་མི་འདའ་བར་གསོལ་བ་བཏབ་པས།  
 གསན་ཏེ་འཁོར་བ་མ་རྟོང་གི་བར་དུ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་གཟུགས་སྐྱ་མཛོན་སུམ་  
 པར་བཞུགས་པ་ཞལ་གྱིས་བཞེས་ནས་དངོས་སུ་བཞུགས་པར་བསམ་མོ། །བདུན་  
 པ་བསྟོ་བའི་ཡན་ལག་ནི། དུས་གསུམ་བསགས་པའི་དགོ་ཚུ་ཀྱུ་མེད་བྱང་ཆུབ་ཆེན་  
 པོའི་རྒྱ་རུ་བསྟོ་ ཞེས་ཡན་ལག་དེ་དག་གིས་མཛོན་རང་གཞན་གྱི་དུས་གསུམ་  
 བསགས་པའི་དགོ་ཚུ་ཐམས་ཅད་འཇམ་དཔལ་གཞོན་ནུས་ཡོངས་བསྟོ་ལྟར་དམིགས་  
 པ་མེད་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་རྒྱས་བཏབ་སྟེ། བསྟོ་བ་ནི་དུས་དང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་  
 དུ་དགོ་ཚུ་ཆེ་སྒྲ་གང་བྱས་ཀྱི་མཇུག་ཏུ་ཉམས་སུ་བྱུང་དངོས། དེ་ལྟར་མ་བསྟོས་ན་  
 དགོ་བའི་ཚུ་བ་གང་བསྐྱབ་དེ་དགོ་འབྲས་ལན་ཅིག་སྟེན་ནས་ཟད་པར་འགྱུར་ལ།  
 མཐར་ཐུག་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པའི་རྒྱར་བསྟོས་ན་དགོ་འབྲས་ལན་བརྒྱར་སྟེན་ཀྱང་དགོ་  
 ཚུ་དེ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་མ་ཐོབ་པར་མི་ཟད་ཅིང་གོང་ནས་གོང་  
 འཕེལ་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་བཞིན་དུ་ཉན་ཐོས། རང་རྒྱལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གང་གི་གོ་འཕང་དོན་དུ་  
 གཉེར་བའམ། མཛོན་མཐོ་ལྟ་མའི་ལུས་རྟེན་ཐོབ་པར་འདོད་པ་དང་གཞན་ཡང་ཆེ་  
 རིང་བ་དང་གཟུགས་བཟང་བ་ལ་སོགས་པ་གནས་སྐབས་ཀྱི་འབྲས་སུ་གང་རུང་ལ་  
 དམིགས་ནས་དགོ་ཚུ་ཞིག་བསྐྱབ་ཀྱང་དེ་ཉིད་དེའི་ཆེད་དུ་བསྟོ་དགོས། རི་སྤྲིད་དུ།



བསྐྱོ་བ་མི་ཟད་ལམ་ཡིན་ཏེ། སྤྱེལ་དང་བསྐྱར་བའི་ཆོས་ཅན་ནོ། ཞེས་སོ། །དེ་  
ཡང་འཁོར་གསུམ་དམིགས་མེད་ཀྱི་བསྐྱོ་བ་མཚན་ཉིད་པ་སོ་སོའི་སྤྱོ་བོའི་ས་འདིར་  
འོང་དཀའ་བས་ན། རྩོན་གྱི་སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དག་གིས་རི་ལྷར་  
བསྐྱོས་པ་དེ་ལྷར་བསྐྱོའོ་སྤྱུལ་ནས་བསྐྱོས་ན་འཁོར་གསུམ་ཡོངས་དག་གི་བསྐྱོ་བའི་  
གོ་ཆོད་ལ། དག་ཅུ་ཁ་ལོ་སྤྱུར་བྱེད་གོང་སྤོས་ལྷར་མཐུག་བསྐྱོ་བའི་རྒྱས་ཡོངས་སྤྱོ་  
ཐེབས་པ་འདི་ཁོ་ནར་རག་ལས་པ་ཡིན་པས་ན་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་འབད་པར་བྱའོ། །དེ་  
ལྷར་ཡན་ལག་བདུན་པོ་འདི་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་གཤམ་ཆེ་ལ་ཁྱད་པར་བྱག་འབུམ་ཐེར་  
དང་འབྲེལ་ན་ལྷག་པར་ཕན་ཡོན་ཆེའོ། །

ཅུ་བའི་གསུམ་པ་སྤྱུར་ཆུགས་སྤྱོ་གསོལ་བ་འདེབས་གིང་རྒྱ་རྩོད་རྩོད་ཐའི་རོ་བོར་  
བསྐྱབ་པ་ནི། འདི་ལྷར་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་ནི་རང་  
བྱུང་རིག་པའི་ཡོ་ཤེས་རྟོགས་པ་ལ་རག་ལས་གིང་། དེ་ཡང་གོང་སྤོས་ལྷར་སྤྱོ་མའི་  
བྱིན་རྒྱལས་ལ་རག་ལས། དེ་ཡང་ཡུལ་གྱི་ཁྱད་པར་ལ་མི་སྤོས་བྱིན་རྒྱལས་འཐུག་  
སྤྱོ་སྤྱོ་རང་གི་མོས་གུས་ཡོད་མེད་ལ་རག་ལས་པ་ནི་སྤོན་བྱོན་དམ་པའི་རྣམ་ཐར་  
དང་མཐོང་ཆོས་སྤྱུག་པ་འདི་ཡིན་པས་དེའི་སྤྱིར་དཔལ་མགོན་སྤྱོ་མ་དམ་པ་ནི་  
དཀྱིལ་འཁོར་གང་དུ་ཉེ་རུ་གཤམ་རོ་བོར་དབང་རྩོགས། མཐོང་བ་དང་ཐོས་པ་དང་  
དཔྱད་པ་དང་རིག་པ་ཅུམ་གྱིས་ཐར་བའི་ས་བོན་འདེབས་གིང་། སངས་རྒྱས་ཐམས་  
ཅད་དང་ཕྱིན་ལས་ཀྱི་བྱེད་པ་གཅིག་པས་དཀོན་མཆོག་བཞི་པར་བྱོན། རང་རོར་ཆོ་  
གཅིག་ལུས་གཅིག་ལ་སྤྱོན་གྲོལ་ཟབ་མོའི་ལམ་དང་ཐུགས་རྩོད་བྱིན་རྒྱལ་ཁོ་ནས་  
རྩོད་རྩོད་འཆང་གི་སར་བཅོན་ཐབས་སྤྱོ་བཀོད་པས་སངས་རྒྱས་ལས་ཀྱང་བཀའ་དྲིན་  
མཆོག་ཏུ་ལྷག་ཅིང་། ཡོན་ཏན་གྱི་སྤོན་ནས་གཞལ་ན་དགོངས་པ་ནམ་མཁའ་ལྷར་རྒྱ་  
ཆེ། མཁྱེན་བརྩེ་རྒྱ་མཆོལ་ལྷར་ཆོད་མེད། ཐུགས་རྩོད་རྒྱ་ལྷར་ཐུགས་དཔག་ཁང་  
བཞིན་རི་རྒྱལ་ལྷར་ཐུགས་བརྟན། འགྲོ་བར་པ་མ་ལྷར་ཐུགས་སྤོས་མས་གིང་ཡོན་  
ཏན་རེ་རེའི་ཆ་ཡང་དཔག་པར་མི་རྣམས་ལ། གསོལ་བ་བཏབ་པ་ཅུམ་གྱིས་ཅི་འདོད་



དངོས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་འབད་མེད་དུ་འབྱུང་བ་ཡིད་བཞིན་གྱི་རྩོམ་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཁྱེད་  
ལ་བརྟེན། ཁྱེད་ལ་རེ། འདི་ནས་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་སྒྲིད་སྟུག་ལེགས་ཉེས་  
ཅི་བྱུང་ཡང་ཁྱེད་ཁོ་ན་མཁྱེན་སྟུང་པ་ཁ་ཅམ་མིན་པ་སྟོ་སྟོར་བྱང་གསུམ་ཡིད་གིས་  
གཏད། མོས་གྲུས་གྱིས་ལུས་གྱི་བ་སྟུག་ཡོད་པ། མིག་ནས་མཆི་མ་འབྱུགས་པ། སྟོ་  
སྟུང་མས་ཐོགས་པ། བསམ་རྒྱ་སྟུང་མ་ལས་མེད་པ། ལུས་སེམས་རྒྱུགས་མི་བྱུབ་པ་  
ལྟ་བུའི་སྟོ་ནས་གདུང་བྱགས་དག་པོས། རྩེ་བཙུན་གྱ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ཁྱེད་ནི་སངས་  
རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟུགས་རྩེ་བྱིན་རྒྱབས་འདུས་པའི་དཔལ་མེས་ཅན་ཡོངས་  
གྱི་མགོན་གཅིག་པུ་ལུས་དང་ཡོངས་སྟོང་སྟོ་སྟོར་བྱང་སྟུང་མ་མེད་པར་ཁྱེད་ལ་  
འབུལ་མེད་འདི་ནས་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་པར་སྒྲིད་སྟུག་ལེགས་ཉེས་མཐོང་མན་གྱུ་ན་  
རྩེ་བཙུན་ཆེན་པོ་པད་འབྱུང་མཁྱེན་ཞེས་དང་། གསོལ་འདེབས་རྒྱུད་བསྟུལ་གྱི་  
འཛུབ་བརྩ་གྱ་རུ་ཁོ་ན་ལ་འབད། བསྟེན་པ་བརྒྱ་རེ་སོང་མཚམས། རྩེ་བཙུན་གྱ་རུ་  
རིན་པོ་ཆེ་སོགས་གསོལ་བ་གདབ། དེ་ལྟར་བསྟེན་པ་ཅི་ཅམ་བཟུང་བའི་ཕྱིད་ཅམ་  
སོང་ནས། བདག་ལ་རེ་ས་གཞན་ན་མེད་དེ་དུ་ལྟའི་དུས་ངན་སྟུགས་མའི་འགོ་མི་  
བཟོད་སྟུག་བསྟུལ་འདམ་དུ་བྱིང་འདི་ལས་སྟོབས་ཤིག་མ་རྟུག་རུ་དབང་བཞི་  
སྟུང་ཅིག་བྱིན་རྒྱབས་ཅན་རྟུགས་པ་སྟོར་ཅིག་སྟུགས་རྩེ་ཅན་སྟུང་གཉིས་སྟོངས་  
ཤིག་རྒྱས་མཐུ་ཅན་ཡན་ཆད་གོང་ལྟར་དང་། དབང་བཞི་ལེན་པའི་དམིགས་པ་  
ཡང་ཡང་བྱ། ཐུན་མཐར། གསོལ་བ་སྟོང་གི་དགྱིལ་ནས་འདེབས་ཁ་ཅམ་ཆོག་  
ཅམ་མ་ཡིན་ནོ་བྱིན་རྒྱབས་སྟུགས་གྱི་སྟོང་ནས་སྟོལ་བསམ་དོན་འབྱུང་བར་  
མཛད་དུ་གསོལ་ཞེས་དང་།

དེ་ནས་བརྒྱུད་པའི་སྟུང་མ་རྣམས་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་བཀའ་བྱིན་དུན་པའི་མོས་གྲུས་  
གདུང་བྱགས་གྱིས་དབྱངས་དང་བཅས། ཨེ་མ་རྟོ་རྒྱ་ཆད་ཕྱོགས་ལྟར་བུལ་བའི་  
ཞིང་ཁམས་ནས་དང་པོའི་སངས་རྒྱས་ཆོས་སྟུག་རྟུག་ལྟར་ལོངས་སྟུང་སྟུང་འི་  
རོལ་རུལ་རྩོམ་སེམས་སྟུལ་སྟུང་མཚན་རྩོགས་དགའ་རབ་རྩོམ་མེས་གསོལ་བ་



འདེབས་སོ་བྱིན་རྒྱབས་དབང་བསྐྱར་སྡེ་ལུ་ སྤྱི་སྤྱོད་དོན་དམ་ཚུས་ཀྱི་མཛོད་  
 འཇམ་དབལ་བཤེས་གཉིན་ཐེག་དགའི་འཁོར་ལོས་སྐྱར་ རྩོམ་སྤྱོད་པའ་ཆེན་པོ་  
 མ་ལར་ གསོལ་བ་འདེབས་སོ་གྲོལ་བྱེད་ལམ་སྐུ་སྤྱོད་ འཇམ་བུའི་སྤྱིང་གི་རྒྱན་  
 གཅིག་བསྐྱར་འབྱུང་ དེས་པར་ཐུགས་ཀྱི་སྤྱུལ་མཆོག་རྗེ་འབངས་གྲོགས་ ཐུགས་  
 གཏེར་རྒྱ་མཆོའི་བརྩ་འགྲོལ་གྲོང་ཆེན་ཞབས་ མཁའ་འགྲོའི་དབྱིངས་མཛོད་བཀའ་  
 བབས་འཛིགས་མེད་སྤྱིང་ གསོལ་བ་འདེབས་སོ་འབྲས་བུ་ཐོབ་གྲོལ་སྡེ་ལུ་ རྩོམ་  
 རས་གཟིགས་དངོས་རྒྱལ་བའི་སྐུ་གྲུ་དང་ ཚུས་ཀྱི་རྩོན་མངའ་དྲི་མེད་སློ་གྲས་ཞབས་  
 {གཉིས་ཀ་དུས་མཉམ་དུ་བྱོན་ཀྱང་ཁོ་བོའི་སྤྱིན་གྲོལ་གྱི་གདམས་པའི་བཀའ་འབྲིན་ཐོབ་སྐྱེའི་བབ།  
 མཆོ།} བཀའ་བབས་བདུན་ལྟན་དོ་རྗེ་གཟི་བརྩེད་ལ། གསོལ་བ་འདེབས་སོ་དོན་  
 གཉིས་སྐྱར་འབྱུང་ཤོག །ཞེས། འདོད་པའི་དོན་སོ་སོར་དམིགས་སྤྱོད་བཀའ་ནས་  
 གསོལ་འདེབས་ཡིད་བྱེད་ཤེས་ཀྱི་དད་པ་ཁ་ཁེ་དོ་སྒྲོག་མེད་པས། སྤྱིད་ལས་དེས་  
 པར་འབྱུང་བའི་ཞེན་ལོག་གིས་ རོ་རྗེ་སྤྱོད་མ་དོན་ལྟན་མིག་བཞིན་བརྟེན་ ཅི་གསུང་  
 བཀའ་བསྐྱབ་ཟབ་མོའི་ཉམས་ལེན་ལ་ ལྷུ་མ་རྒྱུང་མེད་པའི་བསྐྱབ་རྩུགས་ཞེ་རུས་  
 ཀྱིས་ ཐུགས་རྒྱུད་དགོངས་པའི་བྱིན་རྒྱབས་འཕོ་བར་ཤོག་ རྒྱང་སྤྱིད་འཁོར་འདས་  
 ཡེ་ནས་འོག་མིན་ཞིང་ ལྷ་སྤྱུགས་ཚུས་སྐྱར་དག་རྩོགས་སྤྱིན་པའི་འབྲས་ རྒྱང་  
 རྒྱང་བྱ་ཚུལ་མེད་པའི་རྩོགས་པ་ཆེ་ ཤེས་ཉམས་ཡིད་དཔྱོད་ལས་འདས་རིག་པའི་  
 གདངས་ ཚུས་ཉིད་མཛོད་སྐུ་རྗེས་པར་མཐོང་བར་ཤོག་ མཆོན་མའི་རྟོག་པ་རྣམ་  
 གྲོལ་འཇའ་ཟེར་སྐྱབས་ རྒྱ་དང་ཐེག་ལའི་ཉམས་སྐྱར་གོང་དུ་འཕེལ་ རིག་རུལ་  
 ཡོངས་སྤྱིའི་ཞིང་ཁམས་ཚད་ལ་ཕེབ་ ཚུས་ཟད་སློ་འདས་ཆེན་པོར་སངས་རྒྱས་ཏེ་  
 གཞོན་ལུ་བུམ་སྐྱར་གཏན་སྤྱིད་ཟིན་པར་ཤོག་ ཤིན་རྒྱུ་རུལ་འབྱོར་ཉམས་འོག་མ་  
 རྒྱུད་དེ་ རགས་ལུས་དངས་མའི་དབྱིངས་སྤྱོད་གྲོལ་ན་ བས་ཞིག་ཆེ་ཡི་འདུ་བྱེད་  
 བསྐྱར་པའི་ཆེ་ འཆི་བ་འོད་གསལ་ཀ་དག་ཚུས་སྐྱར་གསེར་ བར་དོའི་སྐྱར་ཆ་ཡོངས་  
 རྒྱུད་རྩོགས་སྐྱར་གྲོལ་ བྲིགས་ཚོད་ཐོད་རྒྱལ་ལམ་གྱི་རུལ་རྩོགས་ནས་ མ་པར་བུ་

འཇུག་ལྷ་ལུར་གྲོལ་བར་ཤོག། གསང་ཆེན་འོད་གསལ་ཐེག་པ་མཆོག་གི་རྩེ་ སངས་  
 རྒྱལ་གཞན་ནས་མི་འཛོལ་ཆོས་སྒྲིའི་ཞལ་ མངོན་གྲུར་གདོད་མའི་ས་ལ་མ་གྲོལ་ན་  
 མ་བསྐོས་སངས་རྒྱལ་ཆོས་ལཱའི་ལམ་མཆོག་ལ་ བརྟེན་ནས་རང་བཞིན་སྤྲུལ་པའི་  
 ཞིང་ལྷ་དང་། ཁྱད་པར་བརྒྱ་འོད་ཀྱི་ཕོ་བྲང་དུ་ རིག་འཛིན་རྒྱ་མཆོའི་གཙོ་མཆོག་  
 ཨོ་རྒྱན་རྗེས་ གསང་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་དགའ་སྟོན་འབྱེད་པའི་སར་ སྤྲུལ་གྱི་བྱ་པོར་སྤྲེས་  
 བས་དབྱགས་དབྱང་སྟེ་ མཐའ་ཡས་འགོ་བའི་ཉེར་འཛོར་བདག་འཇུག་ཤོག། རིག་  
 འཛིན་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཆོའི་བྱིན་རྒྱབས་དང་། ཆོས་དབྱིངས་བསམ་མི་བྱུང་པའི་བདེན་  
 པ་ཡིས་ དལ་འབྱོར་རྟེན་ལ་རྫོགས་སྒྲིན་སྤྲངས་གསུམ་གྱིས་ རྟེན་འབྲེལ་མངོན་  
 གྲུར་སངས་རྒྱལ་ཐོབ་པར་ཤོག། ཅེས་རྫོ་རྫོའི་ཆོག་བྱིན་རྒྱབས་དང་ལུན་པ་རྫོགས་  
 པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ཁ་ཚང་གང་ཟག་གི་ཁྱད་པར་དང་བཅས་པའི་གནད་འདི་དག་ལ་  
 དེས་ཤེས་དང་ལུན་པས་དེ་ལྟར་འབྱུང་བ་ཞིག་མཁྱེན་སྒྲུལ་པའི་སྤྱིང་ཁྱད་ནས་གསོལ་  
 བ་འདེབས། སྒྲུར་མོས་གྲུས་དྲུང་དྲུང་བ་ཞིག་བྱས་པའི་རྟེན་གྱིས་འཁོར་ནམས་རྩ་  
 བའི་སྤྲེལ་ལ་ཐིམ་པས་མཁྱེན་བརྟེན་ལའི་གཟི་བྱིན་མཆོག་ཏུ་འབར་བཞིན་བདག་  
 ལ་རྗེས་སྤྱི་བརྟེན་བར་མོས་ཏེ། ཆོག་རྗེས་དོན་དྲན་གྱིས། གྲུ་སྤྱི་སྒྲིན་མཆོམས་ནས་  
 ཨོ་ཡིག་རྒྱ་ཤེལ་ལྷ་ལུར་འཛོར་བ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། རང་གི་སྤྱི་པོ་ནས་ཞུགས།  
 ལུས་ཀྱི་ལས་དང་རྩའི་སྤྱི་བ་དག རྒྱ་རྫོ་རྫོའི་བྱིན་རྒྱབས་ཞུགས། ལུས་པའི་དབང་  
 ཐོབ། བསྐྱེད་རིམ་གྱི་སྟོན་དུ་གྲུར། རྣམ་སྒྲིན་རིག་འཛིན་གྱི་ས་པོན་ཐེབས། སྤྲུལ་  
 སྤྱིའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་སྤྲུལ་པ་རྒྱུད་ལ་བཞག ཁམ་གྱིན་པ་ནས་ཨུ་ཡིག་བརྒྱ་རྣམ་  
 ལྟར་འབར་བ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། རང་གི་མཁྱིན་པ་ནས་ཞུགས། དག་གི་ལས་  
 དང་རྒྱུད་གི་སྤྱི་བ་དག གསུང་རྫོ་རྫོའི་བྱིན་རྒྱབས་ཞུགས། གསང་བའི་དབང་ཐོབ།  
 བསྐྱེད་བརྟེན་གྱི་སྟོན་དུ་གྲུར། ཆོ་དབང་རིག་འཛིན་གྱི་ས་པོན་ཐེབས། འོངས་སྟོན་  
 རྫོགས་སྤྱིའི་གོ་འཕང་གི་སྤྲུལ་པ་རྒྱུད་ལ་བཞག སྤྲུགས་ཀའི་རྩྱ་ཡིག་ནམ་མཁའི་  
 མདོག་ཅན་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། རང་གི་སྤྱིང་ག་ནས་ཞུགས། ཡིད་ཀྱི་ལས་དང་



ཐེག་ལའི་སྒྲིབ་པ་དག རྒྱགས་དོ་རྩེའི་བྱིན་རྒྱབས་ཞུགས། ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་གྱི་དབང་  
 ཐོབ། བདེ་སྟོང་ཅན་ལྡིེ་སྟོང་དུ་གྱུར། རྒྱག་རྒྱའི་རིག་འཛིན་གྱི་ས་བོན་ཐེབས། ཆོས་  
 རྒྱའི་གོ་འཕང་གི་སྐལ་པ་རྒྱད་ལ་བཞག སྒྲར་ཡང་རྒྱགས་ཀའི་རྩྱེ་ལས་རྩྱེ་ཡིག་གཉིས་  
 པ་ཞིག་སྒྲར་མདའ་འཕངས་པ་བཞིན་དུ་ཆད། རང་སེམས་དང་ཐ་དད་མེད་པར་  
 འདྲེས། རྒྱན་གཞིའི་ལས་དང་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་སྦྱངས། ཡེ་ཤེས་དོ་རྩེའི་བྱིན་རྒྱབས་  
 ཞུགས། ཆོག་གིས་མཆོན་པ་དོན་དམ་གྱི་དབང་ཐོབ། ཀ་དག་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་  
 སྟོང་དུ་གྱུར། རྒྱན་གྲུབ་རིག་འཛིན་གྱི་ས་བོན་ཐེབས། མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་སུ་  
 བོ་ཉིད་སྒྱའི་སྐལ་པ་རྒྱད་ལ་བཞག་གོ ཞེས། དེའི་རང་དུ་སྟོང་པོ་ཡིད་བཞུས་ཅི་  
 རིགས་བྱ། རྣལ་འབྱོར་པ་གང་ཞིག་གསང་སྔགས་དོ་རྩེ་ཐེག་པའི་ལམ་ལ་ཞུགས་ནས།  
 དམ་ཆོག་ཉམས་ཆག་བྱུང་ན་གསོ་བ་དང་། བསྐྱེད་རྫོགས་རྫོགས་ཆེན་ལ་སོགས་  
 པའི་ལམ་ཐམས་ཅད་བསྒོམ་པ་ལ་དབང་བ་དང་། ཐེགས་དང་གོལ་ས་མི་འབྱུང་བ་  
 དང་། ཡོན་ཏན་གྱི་ཆོགས་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བ་ལ་སོགས་ཅུ་བསྟེན་བྱེད་གྱི་  
 དབང་ལ་རག་ལས་པ་ཡིན་ཏེ། རི་སྐད་དུ། གསང་སྔགས་དབང་ལ་མ་བརྟེན་འགྲུབ་  
 པར་མི་འགྱུར་ཏེ། འདེམ་ན་མཉམ་པ་ལག་སྦྱ་མེད་པ་བཞིན། ཞེས་དང་། དབང་  
 མ་བསྐྱར་ན་དངོས་གྲུབ་མེད། བྱེ་མ་བཅོར་བས་མར་མི་འབྱུང་། ཞེས་སོ། འདུ་པོ་  
 མཆོན་ཉིད་ལྟན་པའི་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་བརྟུག་ནས་དབང་བསྐྱར་ཐོབ་  
 པ་དེ་གཞིའི་དབང་། སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་བརྟེན་ནས་རང་ཉིད་གྱིས་དབང་བཞི་  
 རྒྱན་དུ་ལེན་པ་ནི་ལམ་གྱི་དབང་། མཐར་ཐུག་འབྲས་སུ་འདི་དུས་འོད་ཟེར་ཆེན་པོའི་  
 དབང་ངམ་ཟབ་གསལ་གཉིས་མེད་གྱི་དབང་བསྐྱར་ཐོབ་སྟེ་མཛོན་པར་རྫོགས་པར་  
 སངས་རྒྱས་པ་འབྲས་སུ་འདི་དབང་ཡིན། དེ་ལ་ཡང་དག་རྫོགས་སྟེན་གསུམ་གྱི་ཟབ་  
 གནད་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བས་དངོས་གཞི་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཆོན་ཡང་སྦྱིར་སྟོན་  
 འགྲོའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་འདོར་དུ་མི་རུང་། རྒྱད་པར་བསྐྱེད་རྫོགས་རྫོགས་ཆེན་གང་  
 ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཆོ་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་བརྟེན་ནས་ལམ་དབང་སྒྲངས་པ་འདི་



ཐུན་རེའི་མགོར་མ་ཆག་པར་བྱ་བ་ནི་གནད་གྱི་དམ་པའོ། །  
 དེ་ལས་ལྷང་བ་ན། ཉམ་ཞིག་ཚེ་ཡི་དུས་བྱས་ཆོེ་ རང་སྤང་རྩ་ཡབ་དཔལ་རེའི་ཞིང་  
 ཟུང་འཇུག་སྤུལ་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ་ གཞི་ལུས་རྫོ་རྗེ་རྣལ་འབྱོར་མེ་ གསལ་འཆོར་  
 འོད་གྱི་གོང་བྱ་རུ་ སྤྱར་ནས་རྗེ་བཙུན་པ་དང་འབྱུང་དང་ དབྱེར་མེད་ཆེན་པོར་སངས་  
 རྒྱས་ཏེ་ བདེ་དང་སྤྱོད་པའི་ཆོ་འབྱུལ་གྱི་ ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་རོལ་པ་ལས་ ཁམས་  
 གསུམ་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པ་ འདྲེན་པའི་དེད་དཔོན་དམ་པ་རུ་ རྗེ་བཙུན་པ་རྒྱས་  
 དབྱུགས་དབྱུང་གསོལ་ ཞེས་གྲུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ཞལ་འཇུམ་མདངས་དང་བཅས་སྤྱན་  
 རྗེས་ཆགས་གྱི་རྩལ་དུ་གཡོས་པའི་རང་ལས་ཐུགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་དམར་པོ་བྱོད་  
 དང་བཅས་པ་ཞིག་སྤལ་གྱིས་བྱུང་ནས་བདག་རྫོ་རྗེ་རྣལ་འབྱོར་མར་གསལ་བའི་སྤྱིང་  
 གར་རེག་པ་ཅམ་གྱིས་འོད་དམར་གྱི་གོང་བྱ་ཞིག་དུ་སྤྱར་ནས་གྲུ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་  
 ཐུགས་ཀར་ཐིམ་པས་དབྱེར་མེད་རོ་གཅིག་དུ་འདྲེས་པར་གྱུར། ཞེས། ཡུན་ཅི་གནས་  
 སུ་བཞག་ལ། དེ་ལས་ལྷང་བ་ན། དཔལ་ལྷན་རྩ་བའི་སྤྲུལ་རིན་པོ་ཆེ། བདག་གི་  
 སྤྱིང་གར་པ་རྒྱའི་གདན་བཞུགས་ལ། བཀའ་བྱིན་ཆེན་པོའི་སྤྲོ་ནས་རྗེས་གཟུང་སྟེ། །  
 སྤྲུལ་སྤྱུང་ཐུགས་གྱི་དཔོན་གྲུབ་སྤུལ་དུ་གསོལ། དཔལ་ལྷན་སྤྲུལ་མའི་རྣམ་པར་ཐར་  
 པ་ལ། སྤྲུལ་ཅིག་ཅམ་ཡང་ལོག་ལྷ་མི་སྤྱེ་ཞིང་། ཅི་མཛད་ལེགས་པར་མཐོང་བའི་  
 མོས་གུས་གྱིས། སྤྲུལ་འི་བྱིན་རྒྱལས་སེམས་ལ་འཇུག་པར་ཤོག ཅིས་གཞི་ལུས་  
 ཞིང་ཁམས་གྱི་བཀོད་པ་སོགས་སྤྱར་སྤྱར་གསལ་བཏབ་ལ། རང་ཉིད་རྫོ་རྗེ་རྣལ་  
 འབྱོར་མ་རྩུང་ཟད་ཁྱོ་ཁྱོ་ཉམས་ཅན་གསལ་བའི་སྤྱི་བོར་རོ་བོ་སྤྲུལ་ལ་རྣམ་པ་སངས་  
 རྒྱས་འོད་དཔག་མེད་གཙོ་འཁོར་གསལ་བ་སོགས་ཆོག་རིས་དང་མཐུན་པའི་དམིགས་  
 འདུན་བཅས། དེ་ཡི་ཁོང་དབྱུག་རྩ་དབྱུག་སོགས་འཆད་འཇུར་སྤྱར་ཉམས་སུ་ལེན།  
 མཐར། སྤྱེ་བ་ཀུན་དུ་ཡང་དག་སྤྲུལ་དང་། འབྲལ་མེད་ཆོས་གྱི་དཔལ་ལ་ལོངས་  
 སྤྱོད་ནས། སང་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་རྫོགས་ཏེ། རྫོ་རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་ལྷུང་  
 ཐོབ་ཤོག ཅིས་དང་། ཞབས་བརྟན་དམིགས་བསལ་ཡོད་ཆེ་འདིར་འདོན། ཟངས་





མདོག་དཔལ་འདི་རྩོམ་ལམ་དཔལ་འདི་གསང་ལམ་སོགས་བསྟོ་རྩོམ་ཅི་རིགས་བྱ།  
 དེ་ལྟར་གཅིག་ཆོག་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་འདི་ལམ་གྱི་སྒྲིང་པོར་འཛིན་ཅིང་ཉམས་སྒྲ་  
 ལེན་པའི་སྒྲལ་བཟང་སྒྲུང་པ་རྩོན་སོང་རེ་འགའ་ཙམ་ལས་དུས་དབང་གིས་དཀའ་  
 བར་གདའ་ཡང་གང་ལྟར་སྒྲ་མའི་ཕྱོགས་གྱི་རྩོམ་ཡོན་གཉིས་ཀ་ལ་རྟོག་དབྱེད་མི་  
 མང་། རང་གི་ལྷ་སྒྲལ་བཟང་རུང་རན་རུང་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཁོ་ན་ཡིན། མཛད་  
 རྩོད་སོགས་བརྟགས་ན་སོ་སྒྲེ་སྟོ་མིག་མ་དག་པས་རྩོན་ཀྱན་ཟད་ཡོན་ཏན་ཀྱན་ཆོང་  
 བཟང་པོར་མཐོང་དཀའ་ཡང་། རང་གི་དད་པ་ཞིག་བསྐྱེད་ནུས་ན་ཅི་ཙམ་ཡོན་ཀྱང་  
 བཅས་པེ་བྱི་སོས་ཀྱན་མོ་གྲོལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་སོགས་ལ་བསམ་གཞིག་གིས་རང་གིས་  
 རང་ལ་གྲོས་འདེབས། རིམ་བར་རང་གི་ཉམས་རྟོགས་གྱི་ཡོན་ཏན་ཅི་ཙམ་འཕེལ་  
 བ་དེ་ཙམ་གྱི་སྒྲ་མའི་བཀའ་དྲིན་དང་ཡོན་ཏན་དུན་ཏེ་རྟོགས་པ་མངོན་སུམ་རྟོགས་  
 དུས་སངས་རྒྱས་དངོས་གྱི་དད་པ་ཐོབ་འོང་བ་ཡིན་ལ། སོ་སྒྲེའི་སྒྲུང་བ་གཞན་དབང་  
 ཅན་སྐད་ཅིག་ལ་རུང་ཙམ་གྱིས་དགའ་སྟུག་ནང་། དད་པ་ལོག་ལྷ་འགྱུར་བ་ཅན་ནི་  
 སེམས་ཅན་སྒྲིའི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པས་རང་གིས་རང་ལ་ཡིད་རྟོན་ཕེར་དཀའ། རྟག་ཏུ་  
 ཉིན་པར་ཅིར་སྐྱོང་ཅི་སྒྲིད་ཀྱང་སྒྲ་མ་མི་བརྟེན་པའི་དུན་ཤེས་གྱིས་ལྷ་དང་སྒྲ་མས་  
 དབྱིངས་ནས་མི་ཁྲིལ། རྟོ་རྟེ་མཆོད་གྲོགས་དབང་པོས་མི་ཁྲིལ། རང་གི་སེམས་  
 གྱིས་རང་ལ་མི་ཁྲིལ་བ་གསུམ་ལ་མཐིལ་བཅོལ་བའི་བག་ཡོད་དང་ལྡན་པས་ཅི་བྱས་  
 ཐམས་ཅད་སྒྲ་མའི་ཕྱོགས་གྱི་བསགས་སྒྲུང་ལ་འགྲོ་བེས་ལས་བེ་མལ་དུ་སྐད་ཅིག་  
 ཙམ་མི་བཏང་བར་དམ་པ་གསུམ་གྱིས་ཟེན་རེས་བྱ། ལུབ་མོའི་སྤྱན་ལ་སྒྲ་མའི་རྣལ་  
 འབྱོར་བསྟོན་ཞིང་། མཆོད་དུས་གེ་སར་སོགས་རང་གཞན་གྱི་དོན་དུ་བསམ་པ་ལྟན་  
 གྲུབ་དང་། ལྷ་གསུམ་ཞིང་ཁམས་སྒྲིང་བའི་རྩོམ་ལམ་སོགས་གདབ། ཉལ་བའི་ཆོ་  
 སྒྲ་མ་སྒྲིང་དབུས་སུ་གདན་དྲངས་ནས་སྒྲིའི་འོད་གྱིས་རང་གི་ལུས་གྱི་ནང་ཐམས་ཅད་  
 གང་བར་མོས་ནས་སྒྲ་མའི་ཞལ་རས་སོགས་ལ་སེམས་འཛིན། མཐར་གཉིད་བདོ་  
 བ་ན། འོད་དེ་ལུས་གྱིས་མ་བྱུང་བའི་ཚུལ་གྱིས་སྒྲིང་བཅུད་ཐམས་ཅད་ལ་སོག་པས་

ལན་ཚུ་ལ་ཐིམ་པ་ལྟར་འོད་དུ་ཁུན་ས་རང་ལ་ཐིམ། རང་སྤྲུལ་ལ། སྤྲུལ་ཡང་འོད་  
 དུ་ཡལ་ཏེ་དབྱིངས་སུ་ཐིམ་པས་གནས་ལུགས་མ་བཅོས་པའི་རང་དུ་གཉིད་ཡོག །  
 སད་ན་འཕྲོ་ཚོད་བསམ་གཞིག་གི་དབང་དུ་མི་བཏང་བར་སྤྲུལ་བྱུང་པའི་གསོལ་  
 འདེབས་བྱ་ཞིང་། སྤྲུལ་མ་བཅོས་པའི་རང་བསྐྱེད་སུ། དེ་ལྟར་ཉམས་སུ་སྤང་ན་གཉིད་  
 གྱི་འོད་གསལ་དང་མི་ལམ་ཟེན་པར་འགྱུར། ཐོ་རང་ལྟར་བའི་ཆོ་མལ་ནས་ཉལ་གྱིས་  
 ལངས་ཏེ་དྲང་པོར་འདུག་ལ་རྒྱུད་རོ་བསལ། ཁམས་གྱི་གཉིད་སྤྲུགས་གྱི་རྟོགས་མ་  
 བསང་ལ་ངལ་བསོ། མ་དག་སྤྲང་བ་སྤྱད་ཕྱིར་ཕྱི་སྟོང་གྱི་འཛིག་རྟེན་ཟངས་མདོག་  
 དཔལ་གྱི་རི་བོ་བཅུད་གྱི་སེམས་ཅན་སྤྲུལ་དང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་དཔལ་བོ་མཁའ་  
 འགྲོའི་རྣམ་པར་གསལ་པའི་ཕྱག་གིས་རྒྱ་མ་རུ་དི་རི་རི་བསྐྱགས་པའི་སྐྱ་གདངས་  
 དབྱངས་གསལ་གྱི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སྐྱས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གཏི་མུག་གི་གཉིད་  
 ལས་སད་པར་མོས་བ་དང་། དག་འདོན་ཆོག་ཁྲིགས་ལྟར་དག་བྱིན་བརྒྱབ་ཆོག་རིས་  
 དང་མཐུན་པའི་དབྱངས་གསལ་རྟེན་སྟོང་བདུན་རི་མ་མཐའ་བྱས་པའི་བརྒྱས་པ་  
 སོགས་རི་སྐྱད་བཤད་པ་ལྟར་ཉམས་སུ་སྤང་རོ། །

དེ་ལྟར་མོས་གྲུས་དང་དམ་ཆོག་རྣམ་པར་དག་པ་གང་ཞིག་འདི་ཡན་ཆད་གྱི་ལམ་  
 མཐར་ཕྱིན་པས་ཀྱང་དངོས་གཞི་ལ་མི་ལྟོས་པར་རྩ་ཡབ་དཔལ་གྱི་རི་བོར་དབྱགས་  
 དབྱུང་། དག་པའི་ཞིང་ཁམས་དེར་རིག་འཛིན་རྣམ་པ་བཞིའི་ལམ་ཉི་ལྔའི་བསྟོད་པ་  
 ལས་ཀྱང་སྤྲུལ་བས་ཀྱང་རྟུ་བཟང་པོའི་སར་བྱིན་པར་འགྱུར་རོ། །སྤྲུལ་འདི་རྣམས་འགྱོར་  
 གྱི་བསྟན་པའི་ཆད་ཕྱིན་དུ་བཅད་ན་ལྷ་བདུག་སོགས་མིན་ཀྱང་འཕུམ་ཕྱག་བརྒྱ་ཐམ་  
 པ་ཅི་ནས་ཀྱང་འགྲོ་རིས་པར་བྱ་དགོས་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་སྟོན་འགྲོའི་ཆོས་འདི་  
 དག་ལ་དེ་ཅུམ་གལ་མི་ཆེའམ་སྟུམ་ནས། དངོས་གཞིའི་ཆོས་ཟབ་ཟབ་མོའི་ཁ་སྐྱད་  
 ལ་རེ་ནས་སྟོན་འགྲོ་ཉམས་སུ་ལེན་ལོང་མེད་པར་བསྟེད་རྫོགས་སོགས་སྟོམ་ལོ་བྱེད་  
 པ་རྣམས་ནི། སྟོན་འགྲོའི་ཆོས་གཞུག་ཤོར་ཏེ་དམ་ཉམས་ཆོས་ཤིང་དུ་འགྲོ་བས་  
 ཉམས་ལེན་ལ་སྟིང་པོ་ཉིལ་འབྱུ་ཅུམ་ཡང་མེད་ཅིང་། ཤོད་རྟགས་སྟོ་ལུར་བཅུང་བཟང་





འཕོ་བའི། བསྐྱེད་རྫོགས་དབྱེར་མེད་གྱི་ནལ་འཕྱོར་ལ་གོམས་འདིས་བྱས་ཤིང་སྐྱེ་  
མ་ལྟ་བུའི་ལྷ་སྐྱེ་ལ་ཅལ་སྐྱོར་བ་དག་འཆི་པའི་ཆོ་བར་དོ་འབྲལ་པའི་སྤང་བ་འཆར་  
བ་དང་མཉམ་དུ་བྱུང་འབྲལ་སྐྱེ་མའི་སྐྱུར་ལྡང་ནས་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་སྐྱུར་འཕོ་བ་  
དང་། གསུམ་པ་ཐ་མ་སྐྱེ་ལ་སྐྱོད་མེད་ཐུགས་རྩེའི་འཕོ་བའི། སྤྱིན་བྱེད་གྱི་དབང་  
ཐོབ་ཅིང་། དམ་ཚིག་ལ་སྤྱོན་མ་ཞུགས། བསྐྱེད་རྫོགས་ལ་མོས་པ་བྱེད་ཅིང་པར་  
དོའི་གདམས་ངག་དང་ལྡན་པ་རྣམས། རི་རྒྱད་དུ། མངལ་སྒོ་དགག་ནས་རུ་ལོག་དྲན་  
པར་བྱ། སྤྱིང་རུས་དག་སྐྱུར་དགོས་པའི་དུས་གཅིག་ཡིན། ཞེས་པ་ལྟར། བླ་མས་  
གསུང་པའི་གདམས་ངག་རྩེས་སུ་དྲན་པས་མ་དག་པའི་མངལ་སྒོ་རན་པ་བཀག་  
ཅིང་། སྐྱེ་བ་སྐྱེལ་པའི་ལམ་ཁྱེར་ལ་བརྟེན་ནས་ཞིང་དག་པའི་སྐྱེ་གནས་སུ་འཕོ་བ་  
དང་། བཞི་པ་ཐ་མལ་པ་འདུ་ཤེས་གསུམ་ལྡན་གྱི་འཕོ་བའི། ཅུ་དབུ་མ་ལམ་གྱི་  
འདུ་ཤེས། སེམས་རྣམ་ཤེས་ཐིག་ལེ་ལ་མགོན་པོའི་འདུ་ཤེས། གནས་བདེ་ཆེན་དག་  
པའི་ཞིང་ལ་པ་ཡུལ་དུ་འགོ་བའི་འདུ་ཤེས་སོ། །

གཤིན་པོ་རྩེས་འཛིན་གྱི་འཕོ་བ་ཐོ་ཅོམ་ལོག་རུ་འཆད་པར་བྱ་ལ། ད་རེས་གྱི་སྐབས་  
སུ་འཆད་རྒྱུའི་འཕོ་བ་འདི་ནི། འདུ་ཤེས་གསུམ་ལྡན་གྱི་འཕོ་བའམ་རྣམ་ཤེས་བླ་མའི་  
འཕོ་བ་ཞེས་སོ། གཉིས་པ་འཕོ་བའི་ཐན་ཡོན་ནམ་ཡོན་ཏན་ནི། རྩེ་མི་ལ་རས་པས།  
ལམ་སྐྱུངས་པ་དམན་ན་འཕོ་བས་བསྐྱེ། གསུང་པ་ལྟར་ལམ་ལ་བསྟན་པ་མ་ཐོབ་  
པའི་རིགས་ཅན་དང་། གང་ཟག་སྤྲིག་པོ་ཆེ་ལ་གནད་འདི་གལ་ཆེ། རང་འདི་ལྟ་བུའི་  
མན་ངག་དང་ལྡན་ན་སྤྲིག་པོ་ཆེ་ཡིན་ཀྱང་རན་སོང་གི་སྐྱེ་སྐོ་ཐེགས་དེས་ལ། དུས་  
གྱི་འཁོར་ལོ་ལས། ཉིན་བཞིན་བྲམ་ཟེ་གསོད་པ་དང་། མཚམས་མེད་ལྟ་ནི་བྱེད་  
པ་ཡང་། འདི་ཡི་ལམ་གྱིས་གོལ་འགྱུར་ཏེ། སྤྲིག་གིས་གོས་པར་མི་འགྱུར་པོ། ཞེས་  
དང་། ཡང་། ལུག་དགུ་ཡི་སྤྱིང་རྩོགས་སུ། ཡིད་གྱིས་བསམ་ཏེ་འཕོ་བྱེད་ན། སྤྲིག་  
གིས་གོས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དག་པའི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར། ཞེས་དང་། གཞན་  
ཡང་རི་རྒྱད་དུ། གནས་སྤྱི་གཅིག་པད་རྒྱུའི་གདན་སྤེད་ན། ལ་མཚན་ལྡན་གྱི་བླ་མའི་

ཞབས་དྲུང་དུ། རྩ་དར་དཀར་གྱི་ལམ་ལ་འགྲོ་བཤེས་ན། །མཚམས་མེད་ལྷ་པོ་བྱས་  
 གྱུར་གྱོལ། །ཞེས་སོ། །གཞན་མཚམས་མེད་གྱི་ལས་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་གྱུར་བེམས་  
 རིག་མ་བྱལ་གོང་འཕོ་བ་འདེབས་པའི་དུས་ཚོད་དང་འབྲེལ་ཏེ་གར་ཟག་ཁྱད་པར་  
 ཅན་གྱི་བདག་པོའི་རྒྱུན་གྱིས་གདམས་པ་འདི་དང་འཕྲད་ན་སྤྲིག་པོ་ཆེ་བཙན་ཐབས་  
 ལུགས་པ་ལ་ཐེ་ཚོམ་མི་དགོས་ཏེ། སངས་རྒྱལ་དོ་རྩེ་འཆར་གྱི་ཞལ་ནས། ཉིན་བཞིན་  
 བྲམ་ཟེ་གསོད་པ་དང་། །མཚམས་མེད་ལྷ་པོ་བྱེད་པ་ཡང་། །གདམས་པ་འདི་དང་  
 འཕྲད་གྱུར་ན། །ཤོ་ལ་འགྱུར་འདི་ལ་ཐེ་ཚོམ་མེད། །ཞེས་སོ། །གསུམ་པ་གདམས་  
 པ་རི་ལྟར་ཉམས་སུ་ལེན་རྒྱལ་ལ་འང་གཉིས། ལྷུངས་པ་དང་། ལས་ལ་སྒྱུར་བའོ། །  
 དང་པོ་སྒྱུར་བའི་སྒྲུབ་སྤྱོད་པའི་གཞི་དམིགས་པ་ནི། ཁྱེད་རང་རྣམས་ །སྤྱོད་མ་ལ་ཕོགས་  
 གཞན་ལ་འཕོ་བྱིད་རྩེས་སུ་གནད་པའི་དམིགས་པ་ཕོག་སྒྲུབས། མཚན། །ལུས་གནད་དྲང་  
 པོར་ཕྱོད་ལ་ཐེམ་ས་གཞན་དུ་མ་ཡོངས་པས་དམིགས་པ་འདི་ལྟར་གྱིས། ཨོ་མ་ཏུ་  
 ལྷ་ཁྱེད་རྩོན་བརྩོན་ལྷ་མ་ཨུ་ཤུ་ཤོ་ཉེ། ལྷོང་པའི་རང་ལས་རང་རེ་ལྱོད་པའི་སྤྱོད་གས་  
 ཞིང་ཁམས་པས་དྲུ་བ་ཅན་དངོས་སུ་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་གི་རྒྱན་དང་བཀོད་པ་ཡོངས་  
 ལྷ་ལྷོགས་པར་གསལ་བའི་དབུས་སུ། ཁྱེད་རང་རྣམས་ཀྱི་གཞི་ལུས་ཀྱི་སྤང་པོ་སྒྲད་  
 ཅིག་གིས་གནས་འགྱུར་ནས་པད་ཉིད་གདན་ལ་དོ་བོ་མ་ཁལ་འགོ་ཡེ་བཤེས་མཚོ་རྒྱལ་  
 ལ་རྣམ་པ་དོ་རྩེ་རྣལ་འབྱོར་མ་སྒྱུ་མདོག་དམར་མོ་ཞལ་རྩུང་ཟད་ཁྱོ་ཉམས་དང་ལྷན་  
 ཅིང་སྒྱུན་གསུམ་ནམ་མཁའ་ཡེ་རེ་གཟིགས་པ། གནག་སྒྱུམ་དབུ་སྒྲུའི་ལན་ཚར་སྒྱུ་  
 རྒྱུར་དུ་འཕྱར་བ། ལྷག་གཡས་མ་རིག་གཉིད་ལས་སྒྲོང་བྱེད་ཐོད་པའི་རྩ་མ་རུ་སྒྱུན་  
 གཡས་པའི་ཐད་དུ་འཁྲོལ་བ། གཡོན་དུག་གསུམ་རྩད་གཅོད་ཀྱི་གྱི་གྲུག་དཀྱུར་  
 བསྐྱེད་པ། ཞབས་གཉིས་མཉམ་པའི་དོར་སྤྱབས་ཅན། ལྷུང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པའི་  
 ཞིག་གསལ་ཐོབ། དེ་ཡི་ལུས་དབུས་དྲང་པོར་རྩ་དབུ་མ་ཁྲག་དང་རྩ་མེར་གྱིས་མ་  
 གོས་པ། ཚོས་སྒྱུ་འགྱུར་བ་མེད་པའི་བདར་མ་ཐིང་ལྷན་ལྷོ་བ། བག་ཆགས་ཀྱི་  
 སྒྱིབ་པ་སྒྲུབ་པའི་བདར་བསྐྱེད་འདབ་མ་ལྷུང་སྒྲུབ་པ། མ་རིག་པའི་སྒྱུན་པ་བསལ་

བའི་བདར་ཏིལ་གྱི་མར་མེ་ལྟར་གསལ་བ། ལམ་ལོག་པ་དང་དམན་པར་མི་འགོ་  
 བའི་བདར་ཆུ་ཤིང་གི་ལྷེམ་ལུ་ལྟར་བྱངས་པ་སྟེ་མཚན་ཉིད་བཞི་དང་ལྟན་པ། ཐར་  
 ལམ་མཚོན་བའི་ཡར་སྟེ་སྟེ་པོའི་གཙུག་ན་རྒྱ་མཐོང་ཁ་བྱས་པ་ལྟ་བུ་ཏེ་རེར་ཡོད་པ།  
 འཁོར་བ་དང་རན་སོང་གི་སྟེ་སྟོ་འགགས་པའི་མཚོན་མར་སྟེ་ལྟོ་འག་སོར་བཞིའི་ཐད་  
 ཁ་བྱས་པ། དེ་ལུ་མའི་ནང་སྟོང་གི་ཐད་ཀར་རྒྱུགས་མ་ཆོགས་གྱིས་བཅད་པ་ལྟ་བུའི་  
 སྟོང་དུ། རྒྱུད་གི་ཐིག་ལེ་ལྟར་རྒྱ་འགྲུལ་འཛིན་ཅན་གྱི་སྟེང་དུ་རྩམ་པར་ཤེས་པའི་ངོ་  
 པོ་རྟེ་ཡིག་དམར་པོ་རིང་ཆ་ཆོག་དྲག་དང་བཅས་པ་དར་ཅོག་རྒྱུད་གིས་བཅད་པ་ལྟར་  
 འདར་སྟེ་ལི་ལོ་ཡོད་པར་དམིགས། རང་གི་སྟེ་པོར་གྲུ་གང་ཅམ་གྱི་ནམ་མཁའ་མ་བྱ་  
 རྫོས་གར་ཅེ་བ་བརྒྱད་གྱིས་བཏོགས་པའི་རིན་པོ་ཆའི་ཁྲི་བརྒྱ་ཉི་ལྔའི་གདན་ལ་སྒྲ་  
 མ་དང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་བཅོམ་ལྟན་འདས་མགོན་པོ་འོད་དཔག་རྒྱ་མེད་པ་སྟེ་  
 མདོག་དམར་པོ་བརྒྱ་དྲུག་འི་ལྟན་པོ་ལ་ཉི་འོད་ཕོག་པ་ལྟ་བུ། ཞལ་གཙུག་ཕྱག་  
 གཉིས་ཞབས་དོ་རྗེའི་སྟེལ་གྲང་། ཕྱག་མཉམ་བཞག་གི་སྟེང་ན་འཆི་མེད་ཡེ་ཤེས་  
 གྱི་བདུད་ཅིས་བཀའ་བའི་ལྟར་བཟེད་འཛིན་པ། མཚོག་གི་སྟེལ་སྟེ་ཆངས་པར་སྟོད་  
 པའི་ཆ་ལུགས་ཅན། མཚན་བཟང་པོ་སུམ་རྩ་དང་དཔེ་བྱད་བཟང་པོ་བརྒྱད་ཅུས་  
 བརྒྱན་པ། འོད་དང་འོད་ཟེར་སྟེ་མཐའ་མེད་པ་འཕྲོ་བའི་རྒྱར་གསལ་བའི་གཡམས་སུ་  
 སྟོང་རྗེའི་རང་གཟུགས་འགོ་འདུལ་སྟེན་རས་གཟིགས་དབང་ཕྱག་སྟེ་མདོག་དཀར་  
 པོ་ཕྱག་བཞི་པ། ཞབས་གཉིས་པད་རྒྱའི་གདན་ལ་མཉམ་པར་བཞེངས་པ། ཕྱག་  
 དང་པོ་གཉིས་སུགས་ཀར་ཐལ་མོ་སྟེར་བའི་བར་ན་ཡོད་བཞིན་གྱི་ནོར་ལུ་འཛིན་པ།  
 གཡམས་འོག་མས་སྟེབས་སྟེན་གྱིས་ཤེལ་སྟེང་དང་། གཡོན་འོག་མས་བརྒྱ་དཀར་པོའི་  
 ཡུ་བ་ནས་འཛིན་ཅིང་སྟེན་གྱི་ཐད་དུ་ཁ་བྱས་པ། རི་དགས་གྱི་ལྷགས་པས་རྒྱ་གཡོན་  
 བཀའ་བ་པ། གཙོ་བོའི་གཡོན་རྒྱ་བད་རྒྱའི་གདན་ལ་མཐུ་སྟོབས་མངའ་བདག་གསར་  
 བའི་བདག་པོ་སྟེ་མདོག་སྟོན་པོ་ཞབས་མཉམ་པའི་སྟེབས་གྱིས་བཞེངས་ཤིང་། ཕྱག་  
 གཉིས་དོ་རྗེ་དང་དྲིལ་བུ་སུགས་ཀར་བསྟོལ་ཏེ་འཛིན་པ། བྱང་སེམས་གཉིས་ཀ་



ཡོངས་སྤྱོད་རྫོགས་སྤྱི་རྒྱ་ཆས་བཅུ་གསུམ་གྱིས་ནམ་པར་སྤྲས་པ། གཙོ་འཁོར་  
གསུམ་པོའི་མཐའ་བསྐོར་དུ་ཟབ་ལམ་འཕོ་བ་བརྒྱད་པའི་སྤྲ་མ་ཐམས་ཅད་དྲངས་  
པའི་མཁའ་ལ་འཇའ་ཚོན་ཤར་བ་ལྟར་བཞུགས་པས་བདག་གཞན་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ལ་བརྟེ་བའི་ཞལ་ཕྱོགས་ཤིང་། འཇུམ་པའི་སྤྱན་གྱིས་གཟིགས། དགྲེས་  
པའི་ཐུགས་ཀྱིས་དགོངས་ནས་བདེ་ཆེན་དག་པའི་ཞིང་དུ་འདྲེན་པའི་དེད་དཔོན་ཆེན་  
པོར་བཞུགས་པར་མོས་ཤིག ཅིས་དང་སྒྲོན། རང་ཉིད་གཞི་ལུས་རྡོ་རྗེ་རྣམ་འབྱོར་  
མེ་ཞལ་གཅིག་ཐུག་གཉིས་དམར་གསལ་གྱི་ཐོད་འཛིན་ ཞབས་གཉིས་འདོར་  
སྤབས་སྤྱན་གསུམ་ནམ་མཁའ་གཟིགས་ དེའི་ཁོང་དབུས་རྩ་དབུ་མ་ སྤྲ་མ་  
མདའ་སྤྱག་ཅམ་པ་ལེ་ སྤྲ་སངས་འོད་གྱི་སྤྱ་གུ་ཅན་ ཡར་སྤྱེ་ཚངས་ཐུག་གནས་  
སྤྱ་རྩར་ མར་སྤྱེ་ལྟེ་འོག་ཟུམ་པ་ཡི་ སྤྱིང་གར་ཆོགས་ཀྱིས་བཅད་པའི་སྤྲེང་ རྒྱང་  
གི་ཐིག་ལེ་ལྷང་སྤྱི་དབུས་ རིག་པ་རྩི་ཡིག་དམར་པོར་གསལ། སྤྱི་པོར་ཐུག་དང་  
ཅམ་གྱི་སྤྲེང་ སངས་རྒྱས་སྤྲང་བ་མཐའ་ཡས་ནི་ མཚན་དཔེ་རྫོགས་པའི་སྤྲང་པོར་  
གསལ་ ཞེས་གསལ་གདབ་སྤྱི་པོའི་སྤྲ་མ་འོད་དབག་མེད་ལ་སྤྱིང་ཁུང་རུས་པའི་  
གཉིང་ནས་ཡིད་བྱེད་ཤེས་གྱི་དད་པས་མིག་ནས་མཆོ་མ་འབྱུགས་པ་དང་བཅས་ལག་  
པའི་ཐལ་མོ་སྤྱིང་གར་སྤྱོར་ལ་མོས་འདུན་རྩེ་གཅིག་པས་ཡིད་ཀྱིས་རྗེས་རྒྱོས་གྱིས་  
ཤིག །བཙུག་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཙུག་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་  
པའི་སངས་རྒྱས་རྒྱལ་བུ་ཐུག་ཏུ་ནམ་པར་དག་པ་མགོན་པོ་འོད་དབག་ཏུ་མེད་པ་  
ལ་ཐུག་འཆལ་ལོ། །

མཆོད་དོ་སྤྱབས་སུ་མཆོའོ། །ཞེས་ལན་ཅི་མང་བརྗོད་མཐར་ །སྤྱི་ཞིང་རུས་ན་གཞན་  
སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་མཚན། མཚན། །ཡིད་འགྱུར་ངེས་ཀྱིས་དབྱངས་ལ་  
དངས་ཏེ། ཞེ་མ་རྟོ་ གནས་རང་སྤྲང་དོན་གྱི་འོག་མིན་ན་ ཡིད་དད་བརྒྱའི་འཇའ་  
གྱུར་འཕྲིགས་པའི་གྲོང་ སྤྱབས་ཀྱན་འདུས་རྩ་བའི་སྤྲ་མ་ནི་ སྤྱི་ཐ་མལ་མ་ཡིན་  
དྲངས་མའི་ལུས་ དཔལ་སངས་རྒྱས་སྤྲང་མཐའི་རོ་བོར་བཞུགས་ ཡིད་མོས་གུས་

160



ཁ་སྐྱོར་གྱི་དབུས་སུ་རྩི་ལྷ་རྒྱུས་མཆོན་པ་ལ་སྤྱིད་ཞིའི་སྒྲོད་བཅུད་གྱི་ཆོ་བཅུད་འདུས་  
པར་གསལ་ཐོབ་ལ་བསྐྱེད་པ་མཉམ་དུ་གསུང་བར་བྱ། རྩོམ་ཁུ་ལྷ་ཡུལ་སྤྱི་རྩི་  
ལྷ་སྤར་ཁྱི་རྩི་བཅུ་ཉི་ལེ་སྤྱི་ན། ཞེས་བསྐྱེད་དང་མཆོན་བསྐྱེད་བསྐྱེད་ཀྱང་ཅི་རིགས་  
པར་བརྒྱུད་ལ་མི་དམིགས་པའི་རང་དུ་བཞག་གོ། དེ་ལྟར་བྱས་པས་རྩོན་འབྲེལ་གྱི་  
བདེན་པས་ཆོ་གཤམ་གྱང་ཞི་བར་འགྱུར་རོ། རི་རྒྱད་བཤད་པའི་དམིགས་པ་སྤྱོད་  
བྱང་བར་བྱས་ལ། ཉམས་སུ་ལེན་སྐབས་གདེར་གཞུང་ཁྲིགས་བསྐྱེད་པས་རི་ལྷ་བ་  
བཞིན་ཉམས་སུ་ལེན་ལ་རྟགས་ཐོན་པར་སྒྱུར་ས། འབྲེངས་པའི་རྟགས་ནི། གཞུང་  
ལས། མགོ་ན་རྩེ་མེར་ཐེལ་བ་སྤྱུམ། འཇགས་མ་འདར་གྱིས་རྩེ་གས་སོགས་འབྱུང་།  
ཞེས་སོ། མཐར་དགོ་བ་བསྐྱེད་ཞིང་བདེ་བ་ཅན་དུ་སྐྱེ་བའི་སྤོན་ལམ་གྱང་འདོན་པར་  
བྱའོ། །

དེ་ལྟར་ཐབ་ལམ་འཕོ་བའི་གདམས་པ་འདི་ནི་བསྐྱེད་རྩོགས་གྱི་རྣམ་གྲངས་གཞན་  
ལྟར་དུས་ཡུན་རིང་དུ་སྒྱུངས་མི་དགོས་པར་བདུན་ཐམས་ཀྱི་ཅམ་སྒྱུངས་ན་རེས་པར་  
རྟགས་ཐོན་རེས་པས་མ་བསྐྱོམས་པར་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཞེས་སྤྱར་ལམ་སྤྱོད་མེད་  
པ་འདི་ལྟ་བུ་ཐམས་ཅད་གྱིས་ཡི་དམ་དུ་བྱ་བར་རིགས་སོ། གཤིས་པ་ལས་ལ་སྤྱར་  
བ་ནི། རང་ཉིད་ལ་འཆི་ལྷས་སྤྱང་སྤྱེ་ཅིས་གྱང་མི་བསྐྱོག་པར་ཤེས་ཤིང་ཐིམ་རིམ་  
རྣམས་འབྱུང་བའི་ཆོ་བདེན་གྱི། དེ་ལས་གཞན་དུ་མི་རུང་སྤྱེ། རྒྱུད་ལས། དུས་  
ལ་བབ་ཆོ་འཕོ་བྱ་སྤྱེ། དུས་མིན་ལྟ་རྣམས་གསོད་པར་འགྱུར། ཞེས་སོ། དེ་ལ་  
སྤྱིར་ཐིམ་རིམ་ལ་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་གོ་བདེ་བའི་དབང་དུ་བྱས་ན། དབང་པོ་ལྟ། འབྱུང་  
བ་བཞི། སྤང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་གྱི་ཐིམ་རིམ་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི། རང་གི་  
སྤྱས་མགོར་མེར་ཆོགས་ལྟ་བུ་ཡོད་ན། དེ་དག་གི་འདོན་པ་གསུང་བའི་སྤྱེའམ།  
གཞན་གྱིས་རང་ལ་གདམ་སྤྱས་གྱང་སྤྱེ་ཅམ་ལས་ཆོག་འབྱུ་ཅི་བཞིན་མི་གོ་བའི་ཆོ་རྒྱ་  
བའི་ཤེས་པ་འགགས་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་མིག་གིས་གཟུགས་ལ་བལྟས་གྱང་  
ཡོད་ཡུང་ཅམ་ལས་མི་མཐོང་། {སྤར་འདིས་གྱི་རང་གི་ཉེ་འབྲེལ་སོགས་དུང་དུ་ཕྱིན་གྱང་རོམ་



ཤེས་པ། མཆན། བའི་ཆོ་མིག་གི་ཤེས་པ་འགགས། ༡ དེ་མཆོན་སྤྲུལ་དྲི་༣༥ ལྷུ་མོ་༥༥  
 ལུས་ཀྱིས་རེག་བྱ་སོགས་ལུལ་ཅི་བཞིན་མི་སྤྱད་བར་འགྱུར་བའི་ཆོ་མིམ་རིམ་ཕྱི་མ་  
 ཡིན་པས་འདི་དུས་དོ་སྤྱོད་གདབ་དགོས་ཤིང་། ༡༥ འཕོ་བ་འདེབས་མཁན་ཡོད་ན་  
 འདེབས་པའི་དུས་མ་ནོར་བ་ཡིན། མིན་གྱང་རང་གིས་འཕོ་བ་ལས་ལ་སྒྱུར་བའི་  
 གདམས་པ་འཆད་འགྱུར་ལྟར་གནད་དུ་བསྒྱུན་དགོས་པའི་དུས་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་  
 ཤའི་ཁམས་ས་ལ་ཐིམ་པས་ལུས་དོར་དུ་ལྷུང་བ་ལྟ་བུ་དང་། ༡༦ རི་བོས་ནོན་པ་ལྟ་  
 བུ་ཕྱི་སྤྱང་འཆར་དེ། ད་ལྟ་མི་འཆི་ཀ་མ་འགའ་རེས་ང་ཡར་འཐེན་ཟེར་བ་དང་། རའི་  
 སྤྲུལ་འདི་མཐོ་རུ་རྒྱུག་ལ་སོགས་པ་ཟེར་བ་དེ་ཡིན། བྲག་གི་ཁམས་རྩ་ལ་ཐིམ་པས་  
 ཁ་སྤྲོ་ནས་རྩ་འཛགས་ཤིང་སྤྱོད་བ་ཉིད། ༡༧ དྲོད་ཀྱི་ཁམས་མེ་ལ་ཐིམ་པས་དྲོད་མཐའ་  
 བས་སྤྱད་དེ་ཁ་སྤྲོ་སྒྲུལ་༡༨ ཁ་ཅིག་ལ་སྤྱི་བོ་ནས་སྤངས་པ་སྤྱོད་རུ་འོང་། དཔུགས་  
 ཀྱི་ཁམས་སྤྱང་ལ་ཐིམ་པའི་ཆོ། ༡༩ བྱེན་རྒྱ། སྤར་སེལ། མེ་ཉམས་བྱབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུང་  
 དང་བཞི་ཀ་སོག་འཛིན་ཀྱི་རྒྱུང་ལ་འདུས་པས་དཔུགས་ནང་དུ་སྤྱད་དཀའ་ཞིང་།  
 དཔུགས་ཀྱི་གནས་གྲོ་བ་ནས་ལམ་མིད་པ་དཀའ་ནག་བརྒྱུད་དེ་དཔུགས་ཕྱིར་ལ་  
 བརྟེགས་མར་འཕེན། དེ་ནས་ལུས་ཀྱི་བྲག་ཐམས་ཅད་སོག་རྩར་འདུས་དེ་སྤྱིང་དཔུགས་  
 རུ་བྲག་ཐིག་པ་གསུམ་རིམ་པར་བརྒྱབ་བས་དཔུགས་རིང་བོ་གསུམ་ཉ་ཞེས་ཕྱིར་  
 འཕེན་ཞིང་ལྷ་ཞེས་དཔུགས་སོང་སྟེ་ཕྱི་དཔུགས་ཁོག་གིས་ཆད། གསུམ་པ་དེའི་དུས་  
 རུ་སྤྱི་བོ་ནས་པ་ལས་ཐོབ་པའི་ཐིག་ལེ་དཀར་ཆ་ལྷུང་དུ་བརྒྱུགས་དེ་ཕྱི་རྟགས་སུ་ནམ་  
 མཁའ་གཡའ་དག་པ་ལ་རྒྱ་འོད་ཕོག་པ་ལྟ་བུའི་དཀར་ལམ་འཆར། བང་རྟགས་སུ་  
 ཤེས་པ་གསལ་ཉམས་དང་ལྡན། ཞེ་སྤང་གི་རྟོག་པ་སོ་གསུམ་འགགས། དེ་སྤྱང་  
 བ་ཟེར། ལྷེ་བ་ནས་མ་ལས་ཐོབ་པའི་རྟ་དམར་ཆ་བྱེན་དུ་བརྒྱུག་པས་ཕྱི་རྟགས་  
 རུ་ནམ་མཁའ་གཡའ་དག་པ་ལ་ཉི་འོད་ཕོག་པ་ལྟ་བུའི་དམར་ལམ་འཆར། བང་  
 རྟགས་སུ་ཤེས་པ་བདེ་ཉམས་ཆེ། འདོད་ཆགས་ཀྱི་རྟོག་པ་བཞི་བརྒྱ་འགགས། དེ་  
 མཆོད་པ་ཟེར། དེ་ནས་དཀར་དམར་གཉིས་སྤྱིང་དཔུགས་སུ་འཕྲད་པའི་བར་དུ་ནམ་



ཤེས་ཚུད་ནས་བྱི་རྟགས་སུ་ནམ་མཁའ་གཡའ་དག་པ་ལ་སྒྲགས་ཀྱིས་བྱུང་བ་ལྟ་བུའི་  
 བཀ་ལམ་དང་། བར་རྟགས་སུ་མི་རྟོག་པའི་ཉམས་འཆར། གཏི་མུག་གི་རྟོག་པ་  
 བདུན་འགགས་ནས་བཀ་བྱུང་བ་བྱུང་ལ་འགྲོ། དེ་ཉི་ཤར་ཐོབ་པ་ཟེར། དེ་ནས་  
 ཉེར་ཐོབ་འོད་གསལ་ལ་ཐིམ་པ་ཞེས་བྱུང་བ་དང་བྱུང་སངས་ནས་ནམ་མཁའ་བསྐྱེད་  
 བྱེད་ཀྱི་རྟེན་གསུམ་དང་བྲལ་བ་ལྟ་བུའི་གཞི་ཡི་འོད་གསལ་ཡུད་ཅུམ་ལ་འཆར་བ་  
 དེ་རང་ངོ་ཤེས་ནས་མཉམ་པར་བཞག་ན་རབ་ཚོས་སྐྱར་འཕོ་བ་ཞེས་བར་དོ་མེད་པར་  
 སངས་བྱུང་བ་ཡིན། དེ་ནས་རིམ་པས་ཚོས་ཉིད་དང་མྱིད་པའི་བར་དོ་སོགས་འཆར་  
 བ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་དངོས་གཞིའི་བྲིད་ཡེ་ཤེས་སྒྲུ་མ་ལས་ཤེས་སོ། །ལལ་པོ་ཆེ་ལས།  
 དཔེར་ན་རྒྱལ་མཁན་ཚུ་ཡིས་བྱེད་པའི་ཆོ། རྒྱལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་སེམས་ལ་ཡོད་ཀྱང་  
 གྲང་། མ་བརྒྱལ་བར་དུ་ཐར་བར་མི་འགྱུར་བཞིན། ཤེས་གྲང་མ་སྒྲོམ་ཆོས་གྲང་  
 དེ་དང་འདྲ། ཞེས་དང་། ལྟོ་བྲག་མར་པས། ངས་སྐྱེད་ས་ཤིང་སྐྱེད་ས་ཤིང་ཡང་ཡང་  
 སྐྱེད་ས། རྒྱར་འདྲིས་སུ་བྱས་པའི་གདེང་གཅིག་ཡོད། རང་ཐ་མལ་དུ་གི་ཡང་ཉམས་  
 ང་མེད། ཅེས་པ་ལྟར། ད་ལྟ་ཉམས་ལེན་གནད་དུ་ཁེལ་ངེས་མ་བྱས་པར་བཤད་  
 ཡམས་དང་གོ་ལོ་ཐོས་ལོར་ཤོར་ཆོ། ཡང་པལ་པོ་ཆེ་ལས། རི་ལྟར་ཡུལ་བ་སོ་ནམ་  
 མཁན་གྱི་མིས། རང་གི་ཞིང་བསྐྱར་རོག་ལ་ལེགས་བསྐྱབ་པས། རྩོན་ཐོག་སྒྲིན་  
 དུས་རང་ལ་མེད་པ་ལྟར། ཤེས་གྲང་མ་བསྒྲོམས་ཆོས་གྲང་དེ་དང་འདྲ། ཞེས་  
 གདམས་ངག་ལ་གོམས་འདྲིས་བྱེད་པ་གལ་ཆོ། ཉམས་ལེན་གནད་དུ་མ་སོང་བ་དག་  
 གིས་འཆི་བ་ལ་ཉི་ཤར་ཆོ་འདིག་རྟེན་ཆོ་འདིའི་ཞེན་པ་ཐད་ཀྱིས་བཅད་ནས། ད་ངེས་  
 འཆི་བ་འདི་སྒྲུ་མའི་གདམས་ངག་ལ་བརྟེན་ཏེ་དག་པའི་ཞིང་དུ་དཔག་ཆེན་གྱིས་  
 མདའ་འཕང་བ་ལྟར་འགྲོ་བ་ཡིན་པས་ང་རེ་དག་འསྐྱུ་དུ་སེམས་ཀྱི་དཔའ་བསྐྱེད།  
 འཕོ་བའི་དམིགས་པ་སོགས་རང་གི་ཡིད་ལ་གསལ་དགའ་ན་གསལ་འདེབས་ལུས་  
 པའི་གོགས་ཡོད་ཆོ་གསལ་འདེབས་སུ་འཇུག་གོ། གང་ལྟར་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་  
 ད་ལྟ་གསོན་པའི་གནས་སྐབས་ན་འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པ་དང་། གང་

བྱས་སྡིག་སྡིག་གི་བྱ་བ། གང་སྒྲུང་འབྲུལ་བའི་རང་བཞིན། རིགས་ཀྱིས་གང་དུ་སྦྱེས་  
ཀྱང་སྡིག་བསྐལ་ཁོ་ན་ལས་བདེ་བ་མེད་ཚུལ་ལ་གྲོ་སྦྱངས། རི་སྒྲན་བཤད་བའི་གྲ་  
མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་རྩོགས་རིམ་བསྐྱུ་བའི་དམིགས་པ་དང་། འཕོ་ལུང་གི་དམིགས་  
རིམ་ལ་གོམས་འདྲིས་ཡོད་དེས་བྱ་བ་རྒྱུམས་གལ་ཆེའོ། །

ཕ་པའི་ལྷ་པ་གཤིན་པོ་རྗེས་འདྲིན་སྐྱགས་རྗེའི་ལྷགས་ཀྱི་འཕྲོ་བ་ལ་གསུམ། འཕྲོ་  
 པ་གདབ་པའི་དུས་ཚོད། འདེབས་པ་པོ་གང་ཟག་གི་བྱད་པར། རི་ལྷར་འདེབས་  
 རྒྱལ་ལོ། །དང་པོ་འཕྲོ་བ་གདབ་པའི་དུས་ཚོད་ནི། ཁོང་དུ་ལས་ལ་སྦྱར་བའི་སྐབས་  
 རི་སྐད་བཤད་པ་ལྷར་ཁྱི་དབྱགས་ཆད་ནས་ནང་དབྱགས་མ་ཆད་པའི་ཁོང་དུ་དུས་  
 དེས་པ་དང་འབྲད་ན་འཕྲོ་བའི་མན་ངག་ལ་རྩུང་ཟད་གོམས་འདྲིས་ཡོད་པ་གང་རུང་  
 རུང་གིས་འཕྲོ་བ་བྱབ་ན་ཡང་། ཕན་ཐོག་ཆེ་ཞིང་རན་སོང་གི་སྐྱེ་གནས་དགག་པར་  
 རུས་ཏེ། མགོན་པོ་ལམ་དུ་ཁྱལ་བ་ལ་གྲོགས་ཀྱིས་བསྐྱར་བ་དང་འདྲ་གསུངས།  
 གཉིས་པ་དེ་ལྷར་མ་ཡིན་པར་ལུས་སེམས་བྲལ་ཆར་ནང་། རྟོགས་པ་མཆོག་ལྷན་  
 གྱི་རྒྱལ་འབྱོར་པས་བྱང་ལུ་སོགས་དམིགས་རྟེན་ལ་རྣམ་ཤེས་བརྒྱག་ནས་འཕྲོ་བ་  
 བྱབ་ན་གདོས་བཅས་ཀྱི་ལུས་དང་བྲལ་བ་དེ་སྐོན་གྱིས་བསྐྱར་སྐྱེ་བས་ན་ཐེ་ཚོམ་  
 མེད་པར་གྲོལ་རུས་ལ། གང་ཟག་པལ་བས་སྤང་བོ་ལ་རྣམ་ཤེས་བརྒྱག་སྟེ་འཕྲོ་བར་  
 རྫོམ་པ་ལ་ནི་སྤྲིང་བོ་ཅི་ཡང་མེད་གསུངས། དེ་བས་ན་ད་ལྷ་བླ་མ་འཇམ་སྐུལ་སྐུ་ལ་  
 སོགས་པའི་མིང་བྱགས་པ་གོ་ས་ཙམ་ལས་བསྐྱེད་རྫོགས་ལ་སྤྱང་གོམས་ཆེར་མེད་  
 པ་གཤིན་པོ་ལ་འཕྲོ་བ་འདེབས་པ་རྣམས་ཀྱིས། དུམས་སྤྲིང་རྗེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
 ཀྱིས་ཀྱང་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་རང་འདོད་ཀྱི་འཕྲིས་མེད་པ་དག་གིས་གཤིན་པོ་ལ་ཕན་  
 ཐོག་གས་ཆེ་ཞིང་རང་ལ་སྐྱིེ་བར་མི་འགྱུར་མོད། ཡོན་ཏན་གང་ཡང་མེད་བཞིན་  
 རང་གི་རྟེན་ཆོལ་གྱི་ཆེད་དུ་རྒྱ་འདོན་ཙམ་ཤེས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འཕྲོ་བ་འདེབས་  
 ཤིང་། གཤིན་པོའི་ཕོ་རྟ་སོགས་ལེན་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་ཐ་ཆད་པ་ཡིན་ཏེ། རི་སྐད་དུ།  
 རང་ཐར་པའི་སྐམ་སར་མ་ཁྱིན་པར། །མི་གཞན་གྱི་འདྲན་སྟོན་བྱེད་པ་དེ། །དེ་



གཉིས་ཀྱང་ཅུང་ཟད་ཆ་མ་མཐུན། །དཔེ་རྒྱུ་ཁྱིམ་མི་ལ་མིས་འཇུས་འདྲ། །ཞེས་སོ། །  
གསུམ་པ་འཕོ་བ་རི་ལྟར་འདེབས་ཚུལ་ནི། དེ་ལ་རྟོགས་པ་དང་ལྟན་པ་འཛིན་ལ་འབྱོར་  
བས་པ་འོལ་པོའི་རྣམ་ཤེས་དང་རང་གི་རྟོག་ཚོགས་དབྱེར་མེད་དབྱིངས་སུ་ལ་བཞུས་  
ཏེ་ཡན་གྱིས་རྒྱས་གང་བ་ཅིང་རང་ལ་བཞག་པ་དང་། བསྐྱེད་རྟོགས་ཟུང་འཇུག་ལ་  
གོམས་པའི་གང་ཟག་གིས་གཤེད་མ་བསྐྱེད་བསྐྱངས་སྤྲིག་སྐྱེད་རྣམས་རང་རང་གི་ཆོ་  
གའི་འགོས་ལྟར་རྒྱས་བསྐྱས་གང་བྱེད་སྟོན་དུ་འགོ་བས་དམིགས་རྟེན་ལ་རྣམ་ཤེས་  
བཀུག་ནས་མིང་བཞེ་འདུས་པའི་ཡུང་པོ་ལྟར་གསལ་ཏེ་ངེས་ཤེས་མ་སྐྱེས་པར་སྐྱར་  
ལ་མཐར་དབྱིངས་རིག་བསྐྱེས་པ་དང་། དེ་གཉིས་ཀ་སྟོངས་སུ་མ་ཐུར་པ་དག་གིས་  
ཆོ་ག་གང་བྱེད་སྟོར་དངོས་རྗེས་གསུམ་ཆོང་པའི་རྣམ་དག་ལ་ནན་ཏན་དུ་བྱ་ཞིང་རྟོ་  
རྟེ་ཐེག་པའི་ལམ་ཟབ་མོའི་བདེན་པ་བསྐྱེད་བཅེད་པ་ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་དད་པ་བརྟན་  
པོ་དང་ལྟན་པས་བཅོས་མའི་བྱམས་སྟིང་རྗེའི་རྩལ་ཡང་ཡང་བརྟན་ནས་དམིགས་པ་  
ཁོ་ན་ལ་འབད་ཅིང་འཕོ་བའི་གསལ་འདེབས་ལ་གྱངས་བཟུང་སྟེ་ཡང་ཡང་སྐྱར།  
མཐར་བསྟོ་སྟོན་བཟང་པོའི་རིགས་ལ་ད་མོ་རྗེས་སྟོས་ཀྱི་རྩལ་དུ་བྱ་བ་མོགས་གང་  
ཟག་གི་སྟོ་ཆོད་དང་བསྐྱེད་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །འཕོ་བ་མ་བསྐྱོམས་སངས་རྒྱས་པའི་  
ཁྱིམ་གྱི་རིམ་པ་ཅུང་ཟད་བསྟན་ཟེན་ཏོ། །

དེ་ལྟར་དལ་འབྱོར་རྟེན་པར་དཀའ་བ་ལ་བསམ་ནས་དལ་རྟེན་ལ་སྟིང་པོ་བྱངས། ཆོ་  
མི་རྟག་པ་ལ་བསམ་ནས་བརྟོན་འགྲུས་ཀྱི་རྟོ་པོ་ལྟག་གིས་བསྐྱེད། ལྟག་བསྐྱེད་རྒྱ་  
འབྲས་ལ་བསམ་ནས་ངེས་འབྱུང་དང་སྟིང་རྗེའི་རྩལ་འདོན། དགོ་བའི་རྒྱ་འབྲས་ལ་  
བསམ་ནས་ཐེག་པ་མཆོག་གི་ལམ་ལ་བྱོད་པ་བསྐྱེད། ཐམས་ཅད་ལས་ཀྱི་རང་བཞིན་  
ཡིན་པར་ཐག་བཅད་སྟེ་རྒྱ་འབྲས་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་བརྟན་པོ་རྒྱད་པ་བསྟན། ཞར་  
བྱུང་རང་རྒྱད་ལ་བརྟགས་ནས་རང་སྟོན་སུན་སྐྱེད་སྟེ་ཡོན་ཏན་གོང་འཕེལ་ལ་བརྟོན།  
དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་བསྟེན་ནས་དགོངས་སྟོན་བསྐྱབ་པ་སྟེ་སུན་མོང་ལྷིའི་སྟོན་  
འགོ་ཁྱིམ་རྒྱུག་ དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་བཟུང་ནས་ཐར་པའི་ལམ་

གྱི་རྟེན་གཞི་བཅའ། བྱང་ཆུབ་མཆོག་རྟེ་སེམས་བསྐྱེད་དེ་རྒྱལ་ལྷན་གྱི་སྦྱོང་བ་རྒྱ་  
 མཆོས་ཁོག་ཐུབ། རྟོ་རྟེ་སེམས་དཔའི་བསྐྱོམ་བསྐྱེས་ལ་བརྟེན་ནས་ཉེས་པ་ཐམས་  
 ཅད་གྱི་རྩ་བ་སྟེག་ལྷང་སྟོབས་བཞིའི་སྒོ་ནས་བཤགས། སྐྱུ་གསུམ་གྱི་ཞིང་ཁམས་  
 མཆུལ་དུ་ཐུལ་བ་དང་རྟེན་སྐྱུ་འབྲེལ་ཏེ་ཐུང་པོ་མཆོད་སྦྱིན་གྱིས་བདག་འཛིན་གཙོད་  
 ཅིང་ཆོགས་གཉིས་ཁྱད་པར་ཅན་བསགས། བྱིན་རྒྱབས་ཐམས་ཅད་གྱི་འབྱུང་གནས་  
 གླ་མ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་སྟེ་དགོངས་བརྒྱད་དོན་གྱི་འཕོ་བ་རང་རྒྱུད་ལ་ཐེབ་པར་བྱ་  
 བ་སྟེ། ཐུན་མིན་ནང་གི་སྟོན་འགྲོ་ཁྲིད་རྒྱུ་དང་། ལམ་མཐར་མ་བྱིན་པར་འཆི་  
 བ་ཐོག་བབ་རྟེ་བྱུང་ན་དག་པའི་ཞིང་དུ་མཆོམས་སྐྱར་བ་འཕོ་བ་མ་བསྐྱོམས་སངས་  
 རྒྱས་ཏེ་ཁྱོན་ཁྲིད་རྒྱུ་བརྩ་གཉིས་ཡིན་ལ། དེ་དག་ཀྱང་སྟོན་འགྲོ་སྟོ་སྟེག་བཞི་དང་།  
 རང་སྟོན་སྐྱར་འབྱེན་ལ་བརྟེན་ནས་བཙོས་མ་མ་ཡིན་པའི་རེས་འབྱུང་བསྐྱེད་ཅིང་ལམ་  
 གྱི་སྒོ་བྱེས། ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་གྱི་འབྱུང་གནས་དག་པའི་བཤེས་གཉན་ལ་བསྟེན་  
 བས་ལམ་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་བསྐྱིགས། སྐྱབས་འགོས་གཞི་བཟུང་། བྱང་ཆུབ་མཆོག་རྟེ་  
 སེམས་བསྐྱེད། བྱིན་དུག་གི་ལམ་ལ་བསྐྱབ་ནས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་རྟོགས་  
 པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་ཡང་དག་པ་ལ་ཁྲིད་བ་སྟེ། ཁྲིད་རྒྱལ་གཞན་དུ་སྒྲུང་བ་གསུམ་  
 དང་། སྐྱེས་སུ་གསུམ་དང་། བྱག་ཆེན་མདོ་ལུགས་སུ་ཁྲིད་པར་གྲགས་པ་ལ་ཕོགས་  
 པ་ཐམས་ཅད་གྱི་ལམ་གནད་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པ་འདི་ཅུལ་དུ་འདུས་པ་ཡིན་ལ།  
 ཐབས་སྒྲན་མེད་པ་རྟོར་སེམས་དང་མཆུལ་ལ་བསྟེན་པའི་བསགས་སྐྱབས་གཉིས་དང་།  
 ཟབ་མོ་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་གསང་ལམ་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་དང་། མ་བསྐྱོམ་པར་སངས་  
 རྒྱས་པ་འཕོ་བའི་གདམས་པ་རྣམས་ནི། ཁྲིད་རྒྱལ་འདིའི་ཁྱད་པར་གྱི་ཆོས་སྒྲན་  
 མེད་པ་ཡིན། ད་དུང་ཡང་སྟིང་ཐིག་རྟོ་རྟེ་སྟིང་པའི་ལམ་གྱི་དངོས་གཞི་ཐུན་མོང་མ་  
 ཡིན་པའི་སྒོར་འཇུག་པ་ལ་ནི། ཁྱད་པར་གྱི་སྟོན་འགྲོའི་སྒོ་ནས་སྐྱུ་གསུམ་དང་  
 སེམས་རིགས་གིས་སྒྲ་ཁྲིད་དེ། དོན་གྱི་རྟོ་རྟེན་རིག་པ་རྩལ་གྱི་དབང་བསྐྱར་ནས་  
 གཞོད་ཉམས་ཁྲིད་དམར་བཅིང་དུ་འདེབས་པ་ཡིན་ནོ། །



དེ་ལྟར་འཕགས་པོད་གྲུབ་པའི་དབང་ལྷན་ཆེན་པོ་དག་གི་རྣམ་ཐར་མ་མེད་བདག་གིས་མཛད་ནས་ཐོས་བསམ་སྦྱངས་སྟོབས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་སོགས་གཞན་ལ་མ་སྟོས་པར་ལམ་ཟབ་སྤྱི་མའི་རྣལ་འབྱོར་ཁོ་ན་ཉམས་བཞེས་མཛད་པ་ལ་བརྟེན་ཏེ། སྤུགས་བསྐྱེད་ཀྱི་འབྲས་བུ་དུས་སྤྱི་ནས་ནས་རི་ལྷ་རི་སྟེང་གི་ཡེ་ཤེས་མངོན་དུ་གྱུར་ཏེ། གངས་ཅན་གྱི་མཁས་གྲུབ་བྱེད་པའི་གཙུག་གི་ཁོར་བུ་ལྷ་བུ་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་རང་བྱུང་རྩོད་རྩེ་འཛིགས་བྲལ་གྱིང་པ་ཞེས་མཆོན་སྟན་གྱི་རྩ་གསལ་ས་གསུམ་ཡོངས་སྤྱི་བ་གང་གི་བཀའ་བབས་བདུན་གྱི་གཏེར་ཁ་དང་བྱུང་པར་དགོངས་གཏེར་ནམ་མཁའ་མཛོད་ཀྱི་ཆོས་སྡེ་བྱོན་པའི་ཙུ་བ་སྤྱོད་གས་སྤུགས་གསུམ་གྱི་སྟིང་པོ། སྟོང་ཆེན་སྟིང་ཐིག་ཞེས་སྡེ་འགྲུར་རྩོགས་པ་ཆེན་པོ་བཀའ་གཏེར་ཐམས་ཅད་རྩ་བོ་གཅིག་འདྲེས་གདམས་པའི་བཅུད་ལུང་ལྷ་བུ་འདི་ཉིད་ཉམས་བཞེས་མཛད་པའི་མཁས་གྲུབ་ཀྱི་དབང་པོ་དུ་མ་བྱོན་པས་ཐུན་མོང་ཐུན་མིན་གྱི་ཁྱིད་ཡིག་ཆད་མ་གསུམ་ལྷན་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བ་རྒྱས་བསྐྱེད་མ་དྲོས་རྒྱ་མཚོ་ལྷ་རྩེ་བཞུགས་བཞིན། དེ་གསལ་བ་རྩ་ཐིགས་ལྷ་བུའི་སྟུན་པོ་རང་མཆོང་སྟོན་བྱེད་འདི་འདྲའི་པའི་དགོས་གཤམ་རྒྱུད་ཡང་། ཁོ་པོ་སྟེས་སྦྱངས་ཡོན་ཏན་གྱི་ན་ཆོད་བྲ་བཞིན་རང་རྒྱུད་གྲོ་ལ་སྟོན་གྱིས་དབེན་ཞིང་། ཆོས་དང་འཛིག་ཏེན་གང་ཐད་ནས་ཀྱ་སྤྱི་ལའི་གདོལ་སྦྱོད་པ་ཡིན་གྱང་། བོང་བ་གསེར་གཟིགས་ལྷ་བུས་སྟོན་ནས་བརྟེན་པ་ཆེན་པོས་རྩེས་སྤྱི་བྱུང་། སྟོན་གྲོ་ལ་གདམས་པ་རྒྱ་མཚོའི་བཀའ་དྲིན་བརྩལ་པའི་རང་ངོར་ཁ་ཅོམ་མིན་པའི་སྤྱི་མ་དོ་རྩེ་འཆར་སྤྱི་ཤིམ་པས་དབང་བསྐྱར་ཆོས་བཤད་གྱིས་ཞེས་བཀའ་ནན་གསེར་གྱི་རྩོད་རྩེ་སྤྱི་བོར་ཐེབས་བཞིན་བསྐྱར་བྱུ་དུ་མར་སྤྱི་མའི་གོ་ས་བཟུང་ནས་སྟོབ་མ་སྟོར་མདོག་མར་མེ་རི་མོ་ལ་མར་མེའོ་ཞེས་བཏགས་པ་ལྷ་རྩེ་མཚོག་དམན་པལ་ཐ་སོ་སོར་གང་འདོད་ཅི་ཕན་སྟོན་གྲོ་ལ་དོན་གཏེར་བྱས་རུང་དུས་དབང་བཅན་པས་དངོས་སྤྱི་ཕན་ཐོག་དེ་ཅོམ་ལས་མ་བྱུང་ཡང་། དཔལ་མགོན་སྤྱི་མ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤུགས་དགོངས་སྟོར་བྱེད་དང་། ཟབ་ཆོས་འདི་ཉིད་སྤྱོད་གས་མཐའ་ཀུན་ཏུ་བྱུང་བའི་བས་རང་འདྲའི་སྟོད་མན་དཔེ་

ཆོགས་མང་ཆེན་སྐྱོར་མི་ཤོངས་ཤིང་། ཟབ་བསྐྱུས་ཀྱི་གནད་གསང་མི་དཔོག་པའི་  
 སྒྲ་སྒྲོབ་ལ། འཆད་ཉན་བདེ་བའི་ཆེད་གོ་སྒྲ་བའི་ཐབས་ཁོ་ན་གཙོར་བཏོན། བྱིད་  
 ཡིག་རྒྱས་བསྐྱུས་རྣམས་ལ་ཁོང་བཅོལ། མཚུངས་མེད་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་ཞལ་རྒྱུན་  
 རང་གིས་གང་ཟེན་བཅས་སྒྲོན་འགྲའི་དག་འདོན་བྲིགས་སུ་བཅད་ནས་ཆོགས་རིས་  
 དང་མཐུན་པར་བྱས་ཏེ། སྒོ་ལྷོག་རྣམ་པ་བཞི་དང་ཁྱད་པར་རྒྱ་འབྲས་སྒྲ་བས་སྒྲིག་  
 པའི་རྒྱ་འབྲས་རན་མོང་གསུམ་དམིགས་སུ་བཀལ། དགོ་བའི་རྒྱ་འབྲས་མཐོ་རིས་  
 གསུམ་སོགས་ཤུགས་བསྟན་གྱི་མཛད་པ་ཅན་ཡིན་པ་མཁྱེན་བཞིན་བྱིད་རིམ་གཉིས་  
 སུ་བྱས། སྒོ་མ་གསུམ་བཅས་འགལ་སོགས་རང་སྒྱུན་སུན་འབྱིན་ལ་གསལ་ཁ་ཐུན་  
 བས་བརྒྱན། བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ནས་སུན་མོང་སུན་མིན་འཕོ་བ་བཅས་ཆོག་  
 གི་འབྱིན་འཇུག་རང་སྒོ་དང་གང་འབྲོད་ཅུམ་ལས་རང་གཞུང་དག་འདོན་ལྟར་ལྟག་  
 བསམ་རྣམ་པར་དག་པས་དུས་སྒྲ་མོ་ནས་འདི་ལྟར་བྲི་སྒྲུམ་པའི་མིས་པ་ཡོད་པ་དང་།  
 སྒྲར་ལམ་འདི་ལ་མོས་པ་དུ་མས་བསྐྱལ་ཞིང་། ཁྱད་པར་དུ་བཀའ་བརྒྱུད་འབྲུག་པའི་  
 བསྟན་འཛིན་མཆོག་སྒྲུལ་ལྟ་ ཀྱན་བཟང་ཐེག་མཆོག་བསྟན་འཛིན་གྱིས་དངོས་པོའི་  
 མཚུལ་གྱ་ལོ་མ་པ་བཅས་དངོས་བརྒྱད་ནས་ནན་ཆེར་བསྐྱལ་མ་མཛད་པ་ལ་བརྟེན་  
 ནས་གྲགས་སྟན་རེ་བའི་ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི་བསམ་པའི་དུག་དང་མ་འདྲེས་ངེས་པས།  
 རི་རྒྱད་དུ། དོན་མེད་པལ་ཆེར་དོན་ཡོད་མྱིར། རྣམ་ཀུན་དོན་ཡོད་རིག་པར་བྱ། །  
 ཞེས་སེ་རལ་ལ་བྲི་ཆེལ་གྱིས་དཔེས་མྱི་རབས་སྒོ་དམན་ཐར་འདོད་མཁོས་རྒྱུད་གི་  
 རྒྱལ་ལྟན་རེ་འགའ་ལ་ཅུང་པན་ནམ་སྒྲུམ་པས་ཡང་ཡང་བརྟག་དབྱེད་བཅས་གྲུབ་  
 པར་བགྱིས་པ་ལགས། ཡི་གེ་འདི་ལ་གོ་བ་ཡོན་ངེས་དང་། གང་མ་རྒྱུད་སོགས་རྒྱས་  
 སྒྲོས་ཀྱན་བཟང་སྒྲ་མའི་ཞལ་ལུང་ཞིབ་མཐུན་གྱིས་གོ་དོན་རང་རྒྱུད་དུ་འབྱོར་ངེས་  
 རེ་མཛད་ན་དེ་ལས་མང་མི་དགོས་ལམ་ཁ་ཆང་ཡིན་ངེས་སོ། །  
 ཨོ་སྤྱི་སྤྱི། དེ་ལྟར་གྲོང་ཆེན་སྤྱིར་ཐིག་སྒྲོན་འགྲོ་ཡི། སུན་མོང་སུན་མིན་བྱིད་རིམ་  
 ཐར་པའི་ལམ། གསལ་བྱེད་སྒྲོན་མེ་ཞེས་སྤྱེལ་ཀྱན་པན་སྒོས། ཡི་གེའི་མྱོ་མོ་སྒྲར་





དུ་བུ་ལྟ་བུ་པའི་དགེ། རྟེན་གསུམ་པས་གསུམ་པའི་རྣམ་དཀར་དགེ་ཚོགས་རྒྱུ། ཁབ་  
གཅིག་མ་རྣམས་སངས་རྒྱལ་ཐོབ་ཐྱིད་དུ། འཕྲིན་གསུམ་མེད་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་ཡོངས་  
བསྐྱོས་པས། ཁབས་གསུམ་འཁོར་བ་དོར་ནས་དུག་གསུམ་གྱི་ཕྱི་ཕྱོད། འགྲོ་ཁམས་  
ཡོ་ནས་ཚོས་སྐྱུ་ཁྱུ་བ་པ་ལ། གཞི་ལ་གདམས་དག་ཟབ་མོས་མཚམས་སྦྱར་རྟེ། འ  
འབས་བུ་དག་པ་གཞིས་ལྟ་བུ་ཚོས་ཀྱི་སྦྱར། བྱམས་གཅིག་བདེ་མཚོག་བདེ་སྒྲག་ཉིད་  
ཐོབ་ཤོག། བདག་ནི་དོར་ནས་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ། སྒྲ་མ་མཚོག་གིས་རྗེས་སུ་  
འཛིན་གྱུར་ནས། གདམས་པའི་བཅུད་ལྷན་འགྲོ་ཀྱན་ལྟ་བུ་བདེའི་དབྱིད། འཕྲིན་  
འོད་བརྒྱས་ཡོངས་སུ་སྦྲར་རྟེན་ཤོག། བྱམས་བཅས་རྒྱལ་པའི་ཐུགས་བསྐྱེད་མཛད་ཐིག་  
ཀྱན། བཟོད་བཙུན་ཏྲག་གུས་སྦྱར་བས་ཉེར་སྤངས་རྟེ། གང་འདུལ་དེར་སྟོན་སྟོ་  
ངལ་མེད་པ་ཡིས། བསྟན་འགྲོའི་སྒྲུབ་པ་ཆེ་མཚོག་ཉིད་གྱུར་ཅིག། འཕྲིན་མེད་བསྟན་  
དང་དེར་འཛིན་སྦྱེས་བུའི་སྟེ། བསྟན་མཁས་བཙུན་པས་འཛམ་གླིང་ཐ་གྲུ་བྱུང། འ  
སྦྲེད་ཀྱིས་ཐིག་ལས་མཁས་སྦྲོབ་ཚོས་རྒྱལ་གྱིས། རྟེན་སྟོན་རི་བཞིན་དར་རྒྱས་གོང་  
འཕེལ་ཤོག། གནས་སྐབས་དུས་ཀྱི་རྒྱད་ཚོགས་ཐ་དག་ཞི། བསྐྱལ་བ་ཟབ་གསར་  
དུ་འཁོར་པའི་བྱེད་པོ་ནི། འགྲོ་ཁམས་འཕགས་མོར་བདུན་གྱིས་འཕྱོར་བས་སྐྱུག། འ  
ཆེ་བསྟོད་དཔལ་ཡོན་རྩོགས་ལྟ་བུ་རྟེན་མཚུངས་ཤོག། ཐུག་ཅི་སྒྲ་མེད་བསྟན་པ་འཛིན་  
མཁས་པའི། འཕྲིན་པ་འཛིན་པས་སྦྲེད་ཡོངས་གང་ནས། འཕྲིན་གསུམ་གདོད་ལྟའི་  
དབང་པོའི་ར་རོའི་སྒྲུས། ལམ་དམན་ལོག་གོལ་ལྟ་བུ་རི་དྲགས་སྟེ། མཐར་བསྐྱེད་  
ཡང་དག་ལམ་བཟང་སྦྲར་གྱུར་ཅིག། འཕྲུལ་ཞིག་རྒྱལ་འཕྱོར་རྟེ་རྗེ་ལྟམ་དུལ་གྱིས། འ  
རི་སྐུལ་མཚོ་གླིང་གངས་དང་ནགས་ཀྱི་ཁྲོད། ཡོངས་སུ་གང་ནས་བརྒྱལ་ཞུགས་  
མཐར་ཐིག་རྟེ། འཕྱར་འགྲོའི་བསྟན་པ་མཁས་ཉི་ལྟར་གསལ་རྒྱས། འགྲོ་ཀྱན་  
སྐལ་བཟང་གདམས་པའི་སྦྲོད་གྱུར་ནས། མིག་འཕྲུལ་ལྟ་བུའི་རིག་འཛིན་གསང་  
ལམ་ལ། བརྟེན་ནས་ཚོས་བུ་གཅིག་དུ་མཛོན་སངས་རྒྱལ། འཁོར་འདས་མཉམ་  
ཉིད་ཞིང་གིས་མཛོན་གྱུར་ཅིག། མི་སྦྱོར་འཕྱར་པོའི་ཚོགས་ཀྱི་གདུག་པའི་སེམས། འ



༣༡། ཁྲོད་གསལ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ཡང་གསང་བླ་ན་མེད་པ་  
སྤྱིའི་བྱད་པར་གྱི་ཁྲིད་ཡིག་ལམ་བཟང་

ཡེ་ཤེས་སྒྲིང་པོ་བཞུགས་སོ། །

ངོ་བོ་ཀ་དག་སྒྲིམ་པ་ལས་འདས་གཏིང་གསལ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲུ། འར་བཞིན་ལྷན་གྲུབ་  
འདུས་མ་ཡེ་བྱས་འདྲ་གསལ་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས། བྱུགས་རྗེ་ཀུན་བྱུང་གདུལ་བྱ་  
གང་འདུལ་དེར་སྤངས་སྒྲུལ་པའི་སྒྲུ། བཟང་མ་ཡིན་དོ་རྗེའི་བླ་མར་སྒྲོ་གསུམ་གསུམ་  
པས་འདུད། སྒྲུ་གསུམ་སྒྲོན་པས་གདུལ་བྱའི་ཁམས་དབང་པོ། སོ་སོར་འདུལ་  
བྱེད་ཐེག་པ་མཐའ་ཡས་པའི། རྒྱུད་ལུང་མན་ངག་ཀུན་གྱི་སྒྲིང་པོའི་དོན། མཛོན་  
སུམ་སྒྲོན་བྱེད་ལམ་འདི་གསལ་པར་བྱ། རིག་འཛིན་མཁའ་འགྲོ་དམ་ཅན་རྒྱ་མཚོ་  
སྤྱི། བྱད་པར་སྒྲོག་བདག་རྣམ་གསུམ་ཐ་ཆོག་བདག འར་དོན་ཆོས་བརྒྱུད་དུག་  
གསལ་བ་བསྐྱད་ཅིང་། བཀའ་ཐན་ཕྱིར་ན་དཔྱེས་བཞིན་གནང་བ་སྤྱོད། དེ་ལ་རང་  
ལུགས་གཏིང་ཁ་གསར་རྒྱུད་གང་རུང་གི་སྒོན་འགྲོ་ཐུན་མོང་ཐུན་མིན་གྱི་ཁྲིད་ཉན་  
ཅིང་གོ་སྒྲོལ་གིས་ལེགས་པར་གཏན་ལ་ཐབ་པར་བྱས་ཏེ། དངོས་གཞི་བྱད་པར་གྱི་  
ཁྲིད་ལ་གཉིས། ཆོས་སྤྱིའི་འཇུག་སྒོ་དང་། ཆོས་ཉིད་རང་ལུགས་ཀྱི་འཇུག་སྒོའོ། །  
དང་པོ་ནི་རྒྱུད་གསང་བ་སྒྲིང་པོ་ལས། མ་རྟོགས་པ་དང་ {འགྲོ་དུག་སེམས་ཅན་} ལོག་  
པར་ {སྤྲུལ་སྤྲུལ་རྟུག་ཆད་} རྟོགས། བྱོམས་རྟོགས་ {ཐེག་དམན་ཉན་རང་གཉིས་} ཡང་  
དག་ཉིད་ {ཐེག་ཆེན་དབུ་སེམས་} མ་རྟོགས། འདུལ་བ་ {བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱུད་} དགོངས་པ་  
{རྣལ་འབྱོར་གྱི་རྒྱུད་} གསང་བ་ {པ་རྒྱུད་མ་རྒྱུད་གཉིས་མེད་ཀྱི་རྒྱུད་} དང་། འར་  
བཞིན་གསང་བའི་དོན་ {རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ཨ་ཏི་ཡོ་གའི་རྒྱུད་} རྣམས་ཏེ། ཞེས་རྗེའི་  
གསུངས་པ་ལྟར། གྲོང་ཆེན་སྒྲིང་ཐིག་གི་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་དགོངས་ཉམས་ལས་རྟོ་  
ཆོག་གིས་རིམ་པས་སྒྲོན་པ་སྟེ།  
རྩ་བའི་དང་པོ། རི་ལྷར་དཔལ་པོའི་ཁྱིམ་གྱི་གཏེར་བཟང་པོ་༥ རང་ལ་ཡོད་ཀྱང་དེ་

ཉིད་མ་རིག་པས་ དབུལ་པོའི་རང་བཞིན་འགྱུར་བ་མེད་པ་ལྟར་ མ་རིག་རྟོག་པའི་  
 བྱ་བར་འབྱམས་ཆེས་པའི་ མ་རྟོགས་འཁོར་པའི་སེམས་ཅན་སྤྱིར་རེ་རྗེ་ ཞེས་པ་ལྟར།  
 མ་རྟོགས་པའི་སེམས་ཅན་མ་རིག་གསུམ་གྱིས་བཅིངས་ཤིང་གཟུང་འཛིན་གཉིས་  
 གྱུ་འབྲུལ་ཏེ་ཆགས་སྤང་གི་ལས་ཟག་བཅས་དག་སྤྲིག་གཉིས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་ཁམས་  
 གསུམ་དུ་འཁོར་ཞིང་སྤྲིག་བསྐྱེད་ལ་གསུམ་ལས་མ་འདས་སོ། །

རྩ་བའི་གཉིས་པ། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། རི་ལྟར་རྣལ་མའི་ལམ་ལ་རྒྱབ་ཕྱོགས་ནས་  
 ལོག་པའི་འདུ་ཤེས་ཤིན་ཏུ་མི་ཟད་པས་ རྟག་ཆད་ཁ་ན་མ་ཐོའི་གྲུབ་པའི་མཐའ་  
 ཕྱོགས་གཅིག་ཁོ་ནར་འཛིན་པའི་དཀའ་ཐུབ་ཅན་ ལོག་རྟོགས་སྤྲིགས་ཅན་དག་  
 ཉོན་རེ་མོངས་ ཞེས་པས། སྤྲིགས་པ་ལ་ལྟ་ལོག་སྤྲིགས་བརྒྱ་དང་དྲུག་རྩ་ཡོད་དེ།  
 བསྐྱེད་རྟག་ཆད་གཉིས་སྤྱུ་འདུ། དེའང་ཆེ་སྤྱི་དང་། ལས་རྒྱ་འབྲས་མེད་པར་  
 འདོད་པའི་ཆད་ལྟ་པ། རང་བཞིན་རྟག་པར་འདོད་པའི་གྲངས་ཅན་པ་དང་། བྱེད་  
 པ་པོ་རྟག་པར་འདོད་པའི་དབང་ཕྱུག་པ་དང་བྱུབ་འཇུག་པ། རྣལ་ཐུན་རྟག་པར་  
 འདོད་པའི་བྱེ་བྲག་པ། རིག་པ་རྟག་པར་འདོད་པའི་ཆོངས་པ་པ། རོ་བོ་ཉིད་རྟག་  
 པར་འདོད་པའི་གཅེར་བྱ་པ། རིག་བྱེད་ཀྱི་གསང་བར་སྒྲིབ་སོགས་རྟག་ལྟ་ཅན་ཏེ་  
 ལོག་པར་ལྟ་བཤོ། །

རྩ་བའི་གསུམ་པ་ནང་བ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་ལའང་དགུ་སྟེ། སྤྲས་གཅིག་གི་རྒྱུད་  
 ལས། རི་སྤྱིད་སེམས་ཅན་སྒྲོ་མང་བས་ དེ་སྤྱིད་ཐེག་པ་བསམ་ཡས་པ་ ཀྱུན་ཏུ་  
 བཟང་པོ་ང་ཡིས་བསྟན་ འོན་ཀྱང་དབང་པོའི་བྱེ་བྲག་ལས་ ཐེག་པའི་རྣམ་གྲངས་  
 དགུ་རུབ་ཉམ་ ཀྱུན་འབྱུང་འབྱེན་དང་དཀའ་ཐུབ་རིག་ དབང་བསྐྱུར་ཐབས་ཀྱི་  
 ཐེག་པའོ་ ཞེས་པས། བྱི་ཀྱུན་འབྱུང་འབྱེན་པའི་ཐེག་པ་གསུམ་ནི། དགོངས་ཉམས་  
 ལས། གདོད་ནས་དག་པའི་སེམས་ཉིད་ནམ་མཁའི་ཁམས་ ཤེས་བྱའི་ཆོས་ཀྱིས་  
 ཅི་ལྟར་བཅའ་བྱས་ཀྱང་ སྤོན་བུའི་ཁ་རྒྱས་དེ་ཉིད་འཆིང་བ་ལྟར་ རོན་ལ་རྒྱབ་ཀྱིས་  
 ཕྱོགས་པའི་མངོན་ཞེན་ཅན་ ཉན་ཐོས་འགོག་པའི་སྒྲོ་ཅན་ཨ་ཐང་ཆད་ ཅེས་པས།  
 སྒྲོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་བེ་མ་ལའི་ཞལ་ལུང་ལྟར་འཆད་ན་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་ལ་བདུན་



ཏེ་ དང་པོ་འཇུག་པའི་སྒོ་ནི་ སྤྲུག་བསྐྱེད་པ་ ཀྱན་འབྱུང་བ་ ལམ་དང་ འགོག་  
པ་སྟེ་བདེན་པ་བཞིའི་སྒོ་ནས་འཇུག་པའོ་ གཉིས་པ་ལ་རྟོགས་པའི་ལྟ་བུ་ནི་ གང་  
ཟག་གི་བདག་མེད་པ་རྟོགས་ལ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་པ་མ་རྟོགས་པའོ། །

དེའང་གང་ཟག་གི་བདག་ནི་སྟོང་ཞིང་བདག་མེད་པར་རྟོགས་པའོ་ ཆོས་ཀྱི་བདག་  
ནི་ཕྱི་བཟུང་བའི་ཡུལ་དང་ནང་འཛིན་པའི་སེམས་གཉིས་དོན་དམ་དུ་གིན་ཏུ་སྤྲུག་པ་  
ཡོད་པར་འདོད་དོ་ གསུམ་པ་སྒོམ་པ་ནི་ འགོག་པའི་ཞིག་ནས་རྒྱུད་པ་དེས་ཆོག་ས་  
དུག་གི་ཡུལ་འགོག་ནས་སྒོམ་པའོ་ བཞི་པ་སྟོང་པ་ནི་ ཆོས་དགེ་བ་བརྩུ་རང་དོན་ཁོ་  
ན་འབའ་ཞིག་ཏུ་སྟོང་དོ་ ལྟ་བུ་འབྲས་སུ་ནི་ སྒྲིམ་སུ་བྱུང་བཞི་ཡ་བརྒྱུད་ཀྱི་མཐར་  
དག་བཅོམ་པའི་ས་འཐོབ་པའོ་ དུག་པ་ཐོབ་པའི་དུས་ནི་ ཐེག་པ་སྤྱི་ལྟར་ན། སྤྱིད་  
པ་གཉིས་དང་གསུམ་ལ་སོགས་པས་དག་བཅོམ་པའི་འབྲས་སུ་ཐོབ་པར་འདོད་དོ། །

རབ་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་བརྒྱ་ འབྲིང་གིས་ཉིས་བརྒྱ་ ཐ་མས་སུམ་བརྒྱ་ན་འབྲས་སུ་  
འཐོབ་པོ་ བདུན་པ་རང་གཞན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་ནི་ རང་གི་ཉོན་མོངས་པ་དུག་ལྟ་  
ཞི་བར་བྱེད་པའི་ཐབས་ཁོ་ན་ལ་བརྩོན་པར་བྱེད་དོ་ ཕ་བའི་བཞི་པ། ཡང་། འཁོར་  
འདས་ཀྱན་གྱི་ཕ་བ་རང་གི་སེམས་ བཅས་བཅོས་མེད་པའི་རང་དུ་སངས་རྒྱས་པ་  
མ་རིག་རྟོན་འབྲེལ་འཁོར་པའི་ཆོས་འཁོར་ལ་ འདུ་ཤེས་གཅིག་ཏུ་གཞུངས་པའི་  
ལྷོགས་འཛིན་ཅན་ རང་རྒྱལ་བཅོས་མའི་སངས་རྒྱས་ཉམས་རེ་དགའ་ ཞེས་པས་  
རང་རྒྱལ་གྱི་ཐེག་པ་ལ་བདུན་ཏེ་ དང་པོ་འཇུག་པའི་སྒོ་ནི་ རྟོན་འབྲེལ་བརྩུ་གཉིས་  
ཀྱི་སྒོ་ནས་ལམ་དུ་འཇུག་སྟེ་ དེའང་རྟོན་འབྲེལ་བརྩུ་གཉིས་དེ་ལུགས་སུ་འབྱུང་  
བས་འཁོར་བ་དང་ ལུགས་ལས་ལྷོག་པས་སྤྲུང་ན་ལས་འདས་པ་ཤེས་པར་བྱེད་དོ་  
གཉིས་པ་ལྟ་བུ་ནི་ བདེན་པ་གཉིས་ལས་ཕྱི་ཀྱན་རྫོང་གྱི་བདེན་པ་རྟོན་འབྲེལ་  
བརྩུ་གཉིས་སྤྱི་མ་ཙམ་དུ་འདོད་ དོན་དམ་དུ་བདག་མེད་པ་གང་ཟག་གི་བདག་ཉན་  
ཐོས་དང་མཚུངས་ ཆོས་ཀྱི་བདག་ལ་ཕྱི་བཟུང་བའི་ཡུལ་སྟོང་པར་འདོད་ ནང་  
འཛིན་པའི་སེམས་དོན་དམ་དུ་ཡོད་པར་འདོད་པའོ་

གསུམ་པ་སྒོམ་པ་ནི་ གོང་དུ་བཤད་པའི་རྟོན་འབྲེལ་བརྩུ་གཉིས་ལུགས་ལྷོག་ཏུ་

སྒྲིང་པར་བསྐྱེམ་པའོ། བཞི་པ་སྟོད་པ་ནི། གཙེ་བོ་རང་དོན་འབའ་ཞིག་ཏུ་གཉེས་  
ལུས་ཀྱི་རྩ་འཕུལ་ལ་སོགས་པས་གཞན་དོན་འགའ་ཞིག་ལ་ཡང་སྟོད་དོ། ལྷ་པ་  
འབྲས་བུ་ནི། ཡིད་བཞིན་བདེ་བའི་ས་འཐོབ་པོ། རྩལ་པ་ཐོབ་པའི་དུས་ནི། ཐེག་  
པ་སྐྱོན་མོང་པའི་ལུགས་ལྟར་ན། བསེ་རུ་ལྷ་བུའི་རང་རྒྱལ་གྱི་བསྐྱལ་པ་བརྒྱའི་  
ཚོགས་སྟོན་དུ་བསགས་ཏེ། སྤྱིད་པ་ཐ་མའི་དུས་སུ་ཆོ་གཅིག་གི་ལམ་བཞི་མདོན་དུ་  
བྱེད་པ་དང་། ཚོགས་སྟོད་གཉིས་ཀྱི་སྤྱིད་པ་གསུམ་ལ་སོགས་པའི་མཐར་རང་རྒྱལ་  
དག་བཙོམ་མཛོན་དུ་བྱེད་པར་འདོད་དོ། ཁོང་གི་ཉན་ཐོས་དང་མཚུངས་སོ། བདུན་  
པ་རང་གཞན་གྱི་དོན་ནི་སྟོད་པའི་སྐྱབས་སུ་བསྟན་ཏོ།

རྩ་བའི་ལྷ་པ། ཡང་། གདོད་ནས་རང་རྩལ་རྫོགས་པའི་སེམས་ཉིད་དེ། {མཚན} མ་  
བཙོས་གཏུག་མའི་ལུམས་སུ་ཞུགས་པ་ལ། བདེན་གཉིས་ཚིག་ལ་འཚེལ་བའི་རྟོག་  
དབྱེད་ཀྱིས། ཡིན་ཚུལ་བཙོས་མར་གཏོང་བའི་ཚུལ་འཚོས་ཅན། བྱང་ཚུབ་སེམས་  
དཔའི་བྱལ་མཐའ་ཕྱི་ཐག་རིང་། ཞེས་ཐེག་དམན་གྱི་རབ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་ཐེག་  
པ་ལའང་བདུན་ཏེ། དང་པོ་འཇུག་པའི་སྟོན་ནི། བདེན་པ་གཉིས་དང་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་  
པ་དུག་གི་སྟོན་ནས་འཇུག་པའོ། གཉིས་པ་ལྷ་པ་ནི། ཚོས་དང་གང་ཐག་གཉིས་ཀ་  
བདག་མེད་སྒྲིང་པར་རྟོགས་པ་སྟེ། རྫོངས་པའི་སྒྲིབ་གཡོག་དང་བྲལ་བ་ཡིན་ནོ།  
གསུམ་པ་སྐྱེམ་པ་ནི། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཉིང་འཛིན་ཞི་ལྷག་ཟུང་འཇུག་ཏུ་  
བསྐྱེམ་པའོ།

བཞི་པ་སྟོད་པ་ནི། རང་དོན་དུ་མི་དགེ་བཅུ་སྟངས་། གཞན་དོན་དུ་དགེ་བཅུ་བསྐྱབ་  
ནས་གཙེ་བོར་གཞན་དོན་འབའ་ཞིག་ལ་གཉེར་བ་ཡིན་ནོ། ལྷ་པ་འབྲས་བུ་ནི།  
ས་བཅུ་རིམ་གྱིས་བགྱོད་དེ་མཐར་བྱིན་བཅུ་གཅིག་ཀྱན་ཏུ་འོད་ཀྱི་ས་ཐོན་པའོ།  
རྩལ་པ་ཐོབ་པའི་དུས་ནི། བསྐྱལ་པ་གངས་མེད་གསུམ་ན་ཐོབ་པོ། བདུན་པ་རང་  
གཞན་གཉིས་ཀའི་དོན་ནི། རང་དོན་མཐར་བྱིན་ཏེ་ཕར་བྱིན་དུག་གི་སྟོན་ནས་གཞན་  
དོན་ཁོ་ན་ལ་སྟོད་པར་བྱེད་དོ། དེ་རྣམས་ཀྱང་རིམ་པར་འོག་མ་ལས་གོང་མ་  
འཕགས་སོ། དེ་དག་དབང་པོ་ཐ་མའི་ལམ་སྟེ་སྟེ་སྟོད་རྒྱུ་ཡི་ཐེག་པ་བྱ་བ་ཡིན་ནོ།



ཅ་པའི་དྲུག་པ་འབྲས་སུ་སྒྲགས་ཀྱི་ཐེག་པ་ལ་དྲུག་སྟེ། ཕྱི་དཀའ་ཐུབ་རིག་ཕྱིད་  
 ཀྱི་ཐེག་པ་གསུམ་ནི། ཡང་སྒྲ་མ་ལས། བཟང་རན་སྒྲ་དོར་མེད་པའི་སེམས་ཉིད་  
 ལམ་གཙང་བཙོག་སྒྲ་ལེན་སྒྲིན་པོའི་ལྟ་དྲུག་གིས་བསྐྱེད་པ་གཉིས་མེད་དོན་ལ་གཉིས་  
 འཛིན་གསུགས་ཀྱིས་བཙོས་པ་ཐོབ་བྱ་མེད་ལ་གོ་འཕང་དོན་གཉིར་བའི་བྱ་རྒྱུད་ཀྱི་  
 ཡའི་གྲུབ་མཐའ་ཉམས་རེ་མཚར་ཞེས་པས་ཀྱི་ཡའི་ཐེག་པ་ལའང་བདུན་ཉི་དང་  
 བོ་འཇུག་པའི་སྟོན་ཅི། ལྷན་དང་གཙང་སྒྲ་ལྟན་པས་འཇུག་ལྷན་ལའང་ཕྱི་རྒྱུད་ལྷན་  
 རང་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་སྟོམ་པའི་ལྷན་སོ། གཙང་སྒྲ་ནི་ཟས་དཀར་གསུམ་དང་  
 མའར་གསུམ་ཟ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྟོན་ལས་འཇུག་གོ།  
 གཉིས་པ་རྟོགས་པའི་ལྟ་བ་ནི། དོན་དམ་པར་ཡང་དག་པའི་མཐའ་བཞི་དང་བུལ་  
 བའི་ཚེས་ཉིད་དུ་བལྟ་ཀྱུན་རྫོང་ནི་གོང་གི་དེ་རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་རིགས་གསུམ་  
 ཀྱི་ལྟར་བལྟ་ཞིང་སྒྲ་བར་འདོད་དོ། གསུམ་པ་སྟོམ་པ་ནི། བདག་དམ་ཚིག་  
 སེམས་དབའ་དང་ལྟ་ཡེ་ཤེས་སེམས་དབའ་གཉིས་རྩེ་དང་ཁོལ་གྱི་རྒྱལ་དུ་བལྟ་ཞིང་  
 བསྟོམ་ཉིང་རེ་འཛིན་མཚན་བཙས་ལྟའི་ཉིང་འཛིན་དང་མཚན་མེད་དེ་བཞིན་ཉིད་  
 བསྟོམ་པ་ཡིན་ནོ། བཞི་པ་སྟོད་པ་ནི། རང་གཞུང་གི་ཅ་བ་ལྟ་དང་ཡན་ལག་གཉིས་  
 ཉི་བདུན་རང་གཞན་གཉིས་ཀྱི་དོན་དུ་སྟོད་པ་ཡིན་ནོ། ལྟ་བ་འབྲས་སུ་ནི། རིགས་  
 གསུམ་དོ་རྩེ་འཛིན་པའི་ས་ཐོབ་པོ། དྲུག་པ་ཐོབ་པའི་དུས་ནི། སྟེ་བ་བཅུ་དྲུག་གམ་  
 བདུན་ན་འཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། བདུན་པ་འགྲོ་བའི་དོན་ནི། རང་གཞན་གཉིས་ཀའི་  
 དོན་ཕྱིན་ལས་བཞིལ་སྟོད་པ་ཡིན་ནོ།  
 ཅ་པའི་བདུན་པ། ཡང་། བཟང་རན་འཕེལ་འགྲིབ་མེད་པའི་གནས་ལུགས་ལམ་ ལྟ་  
 སྟོམ་སྟོད་པའི་ཐ་སྟོད་གདགས་ན་ཡང་། ཐབས་དང་ཤེས་རབ་སྟོད་པའི་དངོས་  
 འཛིན་སྟོས་ བྱར་མེད་བྱ་བར་གཡེལ་བའི་གྲུབ་མཐའ་ཙན་ སྟོད་རྒྱུད་ལྟ་པའི་  
 བརྟུལ་ཞུགས་ཐང་རེ་ཆད་ ཅས་པས། ལྟ་བ་ལའང་བདུན་ཉི་ དང་བོ་འཇུག་པའི་  
 སྟོན་ཅི། ལྷན་དང་གཙང་སྒྲ་སྒྲགས་དང་ལྷན་རྒྱུ་རྒྱུ་ཉིང་རེ་འཛིན་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་ལས་འཇུག་  
 གོ། གཉིས་པ་ལྟ་བ་ནི་གོང་མ་དང་མཐུན་ནོ། གསུམ་པ་སྟོམ་པ་ནི། དེ་ཁོན་ཉིད་



བཞི་ལྷན་དུ་བསྐྱེམ་སྟེ། བདག་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དམ་ཚིག་སེམས་དཔལ་བསྐྱེམ་ལྟེ་  
 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔལ་མདུན་དུ་བསྐྱེམ་ཡིག་འབྲུའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དམ་  
 ཚིག་ཡེ་ཤེས་གཉིས་ཀའི་ཐུགས་ཀར་ས་བོན་བསྐྱེམ་བསྐྱས་བརྗོད་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
 བདག་དང་ཡེ་ཤེས་པ་གཉིས་འཕྲོ་འདྲེ་ཚུལ་དུ་བསྐྱེམ་མོ། བཞི་པ་སྟོད་པ་གོང་  
 དང་མཐུན་ནོ། ལྷ་པ་འབྲས་སུ་ནི། རིགས་བཞི་རྫོ་རྩེ་འཆང་གི་ས་འཐོབ་པོ། རུག་  
 པ་ཐོབ་པའི་རྒྱས་ནི། སྐྱེས་པ་ལྷ་འཕམ་བདུན་ན་འཐོབ་པོ། བདུན་པ་མཛད་པའི་འགྲོ་  
 རོན་ནི་གོང་དང་མཚུངས་ཏེ། རང་གཞན་གཉིས་ཀའི་དོན་བྱེད་པའོ། །

རྩ་བའི་བརྒྱད་པ། ཡང་། ཕྱི་ནང་བར་མཚམས་མེད་པར་དྲན་པའི་གཤིས་བཅོས་  
 མའི་སྒོ་དང་བྲལ་བའི་སེམས་ཉིད་ལ། ཟབ་གསལ་བྱུག་རྒྱར་བཅོས་པའི་རྒྱམ་རྟོག་  
 ཅན་རྣལ་འབྱེད་ཡོ་གའི་གྲུབ་མཐའ་ཆོད་རེ་རྒྱུར། ཞེས་པས། ཡོ་གའི་ཐེག་པ་  
 ལའང་བདུན་ཏེ། དང་པོ་འཇུག་པའི་སྒོ་ནི། ཉིང་རེ་འཛིན་གཙོ་བོར་འདོན་པའི་སྒོ་  
 བས་འཇུག་གོ། གཉིས་པ་ལྷ་པ་ནི། དོན་དམ་པ་ཆོས་དབྱིངས་རང་བཞིན་གྱིས་རྣམ་  
 པར་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་སུ་བལྟ་ཀྱན་རྫོབ་ནི་གོང་གི་དེ་ལྟར་རྟོགས་པའི་འབྲས་སུ་  
 རིགས་ལྷ་འཕམ་རྫོ་རྩེ་འཇུག་གི་ལྷ་ཚོགས་སུ་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། གསུམ་པ་སྐྱོམ་པ་ནི།  
 མཚན་བཅས་མངོན་པར་བྱང་རྒྱུ་གི་སྒོ་ནས་ལྷ་བསྐྱེམ་སྟེ། མཚན་མེད་ཆོས་ཉིད་  
 ཀྱི་རང་ལ་རྟག་རྒྱ་མཉམ་པར་འཛིན་པར་བྱེད་དོ། ལྷ་བསྐྱེམ་རྒྱས་ཀྱང་བདག་དམ་  
 ཚིག་པ་དང་ལྷ་ཡེ་ཤེས་པ་གཉིས་མཉམ་པ་སྐྱེན་གྲོགས་ལྷ་ལུར་བསྐྱེམ་པ་ཡིན་ནོ།  
 བཞི་པ་སྟོད་པ་ནི། རིགས་ལྷ་འི་སྒོམ་བརྒྱུད་ལྟར་གཞུང་བཞིན་སྟོད་དོ། ལྷ་པ་འབྲས་  
 སུ་ནི། ཕྱི་ནང་རྣམ་པར་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་མངོན་དུ་བྱས་ཏེ་སྐྱུག་པོ་བཞོད་པ་རྣམ་  
 དག་གི་ས་འཐོབ་པོ།

རུག་པ་ཐོབ་པའི་རྒྱས་ནི། སྐྱེས་པ་ལྷ་འཕམ་གསུམ་ན་འཐོབ་པོ། བདུན་པ་འགྲོ་དོན་ནི།  
 མཛད་པའི་ཕྱིན་ལས་རྣམ་པ་བཞིས་བདག་གཞན་གཉིས་ཀའི་དོན་སྟོད་པར་བྱེད་དོ།  
 ཐེག་པ་གསུམ་པོ་དེའང་གོང་ནས་གོང་དུ་རིམ་བར་འཕགས་ཏེ་དབང་པོ་འབྲིང་གི་  
 དོན་དུ་དགོངས་པ་སྐྱགས་ཕྱི་རྒྱུད་སྟེ་གསུམ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ལམ་གྱི་རིམ་པ་དེ་ལྟར་





སྤྱད་ཅིང་མཐའ་བཞིའི་དྲི་མ་རྣམས་རང་ཤུགས་གྱིས་སངས་ཏེ་འབྲས་ཁུ་འཐོབ་པ་ཡིན་  
 ཅོམ་ ཅུ་བའི་དགུ་པ་ནང་དབང་བསྐྱར་ཐབས་གྱི་ཐེག་པ་གསུམ་ནིམ་ སྤྱེ་མ་ལས། ཞལ་  
 ཤུག་མཚན་མ་བྲལ་བའི་སེམས་ཉིད་ལམ་ སྤྱང་གི་དུ་སྤྱར་ལྟ་བུ་བའི་གོ་ལ་ས་དང་ སྤྱར་  
 ཤུགས་སྤུགས་སུ་གོ་ལ་བའི་འཛིན་རྟོག་ཅན་ མ་རྒྱལ་གའི་ལམ་གྱིས་འདི་མི་མཐོང་  
 ཞེས་པས། མ་རྒྱལ་ག་ལ་འང་བདུན་ལས་ དང་པོ་འཇུག་པའི་སྒྲོ་ནིམ་ བསྐྱེད་རྫོགས་  
 རྒྱང་འབྲལ་ཐབས་ཤེས་གཉིས་སུ་མེད་པ་ལ་བསྐྱེད་པའི་སྒྲོ་ནས་འཇུག་གོ་ གཉིས་  
 པ་ཆོས་ཉིད་དུ་རྟོགས་པའི་ལྟ་བུ་ནིམ་ འཁོར་འདས་ལམ་གསུམ་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
 རང་གི་རིག་པ་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་སྒྲོང་གསལ་སྒྲོས་པ་དང་བྲལ་བའི་ཡེ་ཤེས་སུ་  
 བལྟའོམ་

གསུམ་པ་སྒྲོམ་པ་ནིམ་ གཙོ་བོར་ལྟའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ཡོངས་རྫོགས་སམ་ཆོག་གསུམ་  
 གྱི་རང་བཞིན་རྫོགས་རིམ་སྒྲོ་འདས་ཆོས་ཉིད་སྒྲོས་བྲལ་གྱི་རང་ལ་འཛོག་པ་ཡིན་ཅོམ་  
 བཞི་པ་སྒྲོད་པ་ནིམ་ ཅུ་བ་གསུམ་ ཡན་ལག་ཉེར་ལྔ་ སྒྲོར་བ་དང་སྒྲོལ་བམ་ རྟོག་  
 བྲལ་སྤྱང་སྤྱང་མེད་པར་སྒྲོད་པའོམ་ ལྟ་བུ་འབྲས་ཁུ་ནིམ་ རོ་བོ་སྤྱེ་ལྟ་འཐོབ་པ་ལྟེ་པ་  
 ཅན་གྱི་ས་མངོན་དུ་བྱེད་པ་ཡིན་ཅོམ་ དུག་པ་ཐོབ་པའི་དུས་ནིམ་ བརྟེན་འཇུག་དང་  
 དམ་ཆོག་ལྟན་པས་ཆོ་གཅིག་ལ་འཐོབ་པར་འགྱུར་རོམ་ བདུན་པ་དོན་གཉིས་ནིམ་  
 ཐིན་ལས་རྣམ་པ་བཞིས་རང་གཞན་གཉིས་ཀའི་དོན་ལ་སྒྲོད་པའོམ་

ཅུ་བའི་བརྩུ་པ་ནིམ་ ཡང་། འབད་ཚུ་ལ་རྒྱ་ལ་མ་ལྟོས་སེམས་གྱི་རང་ འབྲས་ཁུ་ལམ་  
 དུ་བྱེད་པའི་ཆོས་ཉིད་ལམ་ ཅུ་རྒྱང་སེམས་གྱི་རང་བསྐྱེད་དཔགས་འབྱིན་པའི་ སྒྲོས་  
 བཅས་ཨ་རྩའི་གྲུབ་མཐའ་ཐང་རེ་ཆད་ ཅས་པས། ཨ་རྩུ་ལ་འང་བདུན་ཏེ་ དང་པོ་  
 འཇུག་པའི་སྒྲོ་ནིམ་ དབྱིངས་དང་ཡེ་ཤེས་གཉིས་སུ་མེད་པའི་སྒྲོ་ནས་འཇུག་སྟེ་རང་  
 བཞིན་གྱི་སེམས་ཉིད་ལ་སྒྲོད་པའོམ་ གཉིས་པ་ལྟ་བུ་ནིམ་ འཁོར་འདས་གཉིས་སྤྱང་  
 གི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་གི་རིག་པ་ཐིག་ལེ་ཉག་གཅིག་སྒྲོས་བྲལ་ཆོས་གྱི་སྤྱེ་རྣམ་པ་  
 ཀྱན་གྱི་མཆོག་དང་ལྟན་པར་རྟོགས་པ་ཡིན་ཅོམ་ གསུམ་པ་སྒྲོམ་པ་ནིམ་ རིམ་གྱིས་པ་  
 དང་ཆོག་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་འབྲས་ཅན་མ་ཡིན་ཏེམ་ སྤྱད་ཅིག་དཔན་རྫོགས་སམ་



མཉམ་རྒྱུ་ལྟར་དེ་ ཕྱ་ཁམས་འཁོར་ལོ་ཐམས་ཅད་ཡེ་ནས་ལྷའི་དགྲིལ་  
འཁོར་བསྐྱོམ་པར་བྱེད་དོ། བཞི་བ་སྟོན་པ་ནི། གོང་ལྟར་མ་རྟ་དང་མཐུན་ཞིང་།  
རྒྱུད་དང་ཅན་ལྷའི་བདེ་དྲོད་འབར་འཛགས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་ལ་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་  
ནི། ལྷ་པ་འབྲས་བུ་ནི། ཐབས་ཤེས་དབྱེར་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་དེས་ཡིག་འཁོར་ལོ་  
ཚོགས་ཆེན་གྱི་ས་མངོན་དུ་བྱེད་པ་ཡིན་ནི། རྟག་པ་ཐོབ་པའི་དུས་ནི། ཐབས་ཁྱད་  
པར་ཅན་གྱིས་འཕགས་ཏེ་ཆོ་གཅིག་ལ་འཐོབ་པ་ཡིན་ནི། བདུན་པ་འགྲོ་དོན་ནི།  
ལྷ་སྟོམ་བྱ་རྩོལ་དང་བྲལ་བའི་རང་ནས་ལས་བཞི་ཞར་བྱུང་དུ་སྟོན་ཅིང་འགྲོ་བ་འདུལ་  
བ་ཡིན་ནི།

དེ་ལྟར་རྒྱ་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཐེག་པ་ནས་འབྲས་བུ་ཡང་གསང་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་བར་  
དུ་ལམ་འོག་མ་ནས་རིམ་པར་གོང་མ་གོང་མས་འཕགས་པ་ནི་སྟོམ་མི་དགོས་ཀྱང་།  
ནང་རྒྱུད་ཡོག་གསུམ་ནང་གསེས་གསུམ་གསུམ་དུ་དབྱེ་ནས་གསང་སྟགས་དྲོ་རྩེ་ཐེག་  
པའི་གཞི་ལམ་འབྲས་བུ་རྒྱུད་ལུང་མན་རག་གསུམ་གྱི་ཚུལ་དུ་གསུངས་མེད་ཀྱང་།  
སྐབས་འདིར་ཐེག་ཅེ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ནི་ཀྱན་དང་མཐུན་ལ་ཀྱན་ལས་ཁྱད་པར་དུ་  
འཕགས་པའི་དབྱེ་བ་དང་། གང་ཟག་གི་ཁྱད་པར་རང་ལུགས་ལ་དབང་པོ་རབ་  
འབྱིང་ཐ་མ་གསུམ་ལ་ནང་གསེས་དགུར་དབྱེ་བའོ། །

བསྟན་རིག་པ་རང་སྤང་གི་སྟོ་ཅན་དང་། སྤང་བ་ཡུལ་གྱི་སྟོ་ཅན་གཉིས་སུ་འདུ་  
གསུངས། དང་པོ་ནི། ཆོ་རབས་ཀྱི་བླ་མ་དང་སྟོབ་མ་རང་གི་སྐལ་པ་རིག་པ་རང་  
སྤང་གི་སྟོ་ཅན་ནམ་དབང་པོ་རྩོན་པོ་རྒྱུའི་སྟོབས་དང་ལྷན་པ་གཉིས་རྟེན་འབྲེལ་  
འཛོམས་ནས་ལམ་སྟོང་བཀོད་ལ་མི་ལྟོས་པར་སྐད་ཅིག་གིས་གྲོལ་བ་དང་། གཉིས་  
པ་བླ་མ་བརྟེན་ཚུལ་ལ་མི་མྱོངས་ཤིང་། མོས་ཀྱས་ལམ་དུ་ཁྱེར་ནས་ལམ་ཟབ་མོ་སྟོ་  
མའི་རྣལ་འབྱོར་ཁོ་ནར་གཅིག་ཆོག་ཏུ་བརྩོན་ལྷུས་པ་དག་ལ། དགོངས་བརྒྱུད་དོན་  
གྱི་འཕོ་བ་བསྐྱར་ཐོབ་བྲལ་བ་ཆོས་དབང་སེམས་ལ་ཐོབ་པ་ཞེས་རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་  
ལུག་ལུག་རྫོགས་བརྒྱུད་པ་སྤྲེལ་པ་མཉམ་ཐར་ཚད་མས་ཀྱང་གྲུབ་མོད། ད་དུས་  
སྟོགས་མའི་གདུལ་བྱ་དེ་འདྲ་ཉིན་སྐར་ལས་དགོན་ཞིང་། གནས་ལུགས་ཁོ་ན་



ཉམས་སུ་ལེན་པ་ན་མས་གྱིས་བསྐྱབ་བྱ་དང་སྐྱབ་བྱེད་གྱི་བར་ནས་འཛོལ་ཞིང་ཉམས་  
དང་རྟོག་པ་ཤན་མ་ཐུས་པའི་རྒྱུ་གྱིས་སྤྱར་ལམ་ཟབ་མོ་ནོར་གོལ་གྱི་འཕྲང་ལ་གོར་  
བ་མང་བས། དེ་ངོས་འཛིན་ཞིང་བསལ་བའི་ཐབས་ཁོ་ན་གནད་ཆེ་བའི་ཕྱིར། བྱི་  
ཐོས་པས་སྒྲོ་འདོགས་གཅོད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་ཡིན་པར་འདུག ཐོས་པ་ཙམ་  
གྱིས་མི་ཆོག་དེའི་དོན་ལ་བསམ་སྟེ། བར་སྒྲོམ་པས་སེམས་ཉིད་གཏན་ལ་དབབ་སྟེ་  
སངས་རྒྱས་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་འདོད་པ་ནི་དོན་ལ་རྟོན་པའི་ཆོས་སུ་ངེས་གྱང་།  
ད་དུས་ཐོས་པ་ཆེ་རུང་རང་རྒྱད་གཏན་ལ་དབབ་མ་ཅུས་ཤིང་ཁ་ཕྱིར་བལྟས་ར་རྒྱལ་  
གྱི་སྒྲོན་མ་དང་། སྒྲོམ་ཡུན་རིང་ཡང་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་བླ་མའི་མན་ངག་གིས་  
མ་ཟིན་པའི་སྒྲོན་གྱིས་དོན་དམ་གནས་ལུགས་གྱི་ལྟ་བུ་འཛིན་པ་མི་རྟོགས་ཤིང་།  
ཕལ་ཆེར་ངོམས་པའི་ར་རྒྱལ་ཅན་དུ་སོང་བ་འདི་ནི་རང་གཞན་གྱི་རྒྱུད་ལ་བརྟགས་  
ན་ཤེས་པ་འདིའོ། །

དོན་ཆོས་ལུང་བརྒྱད་ཁྱི་བཞི་སྟོང་དུ་གྲགས་པའི་བབས་སོ་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ན་མ་  
བ་གཉིས་ལ་འདུ་ཞིང་། དེའང་བྱག་རྫོགས་དབུ་གསུམ་གྱི་ལྟ་སྒྲོམ་སྟོང་འབས་  
བཞིར་འདུ། དེ་ལས་གྱང་ཁྱད་པར་དུ་མས་འཕགས་པ་འོད་གསལ་རྫོགས་པ་ཆེན་  
པོར་འདུའོ། །དེ་དག་སྒྲོ་རིམ་གསུམ་ལ་དགོངས་ཏེ་སེམས་སྟོང་མན་ངག་སྟེ་གསུམ་  
དུ་འཇམ་དཔལ་བཤེས་གཉེན་གྱིས་བཀྲལ། དེའང་དུས་དང་གདུལ་བྱར་དགོངས་ཏེ་  
སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་གྱི་སྤྲུལ་མན་ངག་སྟེ་སྒྲོར་ཆོ་བཞིར་ཕྱིས་པའི་ནང་ནས་ཡང་  
གསང་བླ་ན་མེད་པ་གདུལ་བྱ་འདུལ་བྱེད་དུས་སུ་བབ་པ་ནི་བཀའ་གཏེར་ལུང་བསྟན་  
མང་པོ་ནས་གསལ་བ་ལྟར། འདུལ་བྱེད་དེ་ལྟར་ཡིན་ནང་། གདུལ་བྱའི་སྐལ་བ་  
དང་སྟོའི་རིམ་པ་ནི། རྣལ་འབྱོར་བཞི་རིམ་པས་གྱང་རིགས་ཅན་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་  
ནི་ཅིག་ཅར། ཐོད་ཀྲལ། རིམ་གྱིས་པའོ། །

དེ་ལའང་ཅིག་ཅར་པའི་ཅིག་ཅར། ཅིག་ཅར་པའི་ཐོད་ཀྲལ། ཅིག་ཅར་པའི་རིམ་  
གྱིས། ཐོད་ཀྲལ་པའི་ཅིག་ཅར། ཐོད་ཀྲལ་པའི་ཐོད་ཀྲལ། ཐོད་ཀྲལ་པའི་རིམ་གྱིས།  
རིམ་གྱིས་པའི་ཅིག་ཅར། རིམ་གྱིས་པའི་ཐོད་ཀྲལ། རིམ་གྱིས་པའི་རིམ་གྱིས་

སོགས་སྒོ་ {གོང་གི་རིགས་ཅན་དགུ་ལས་གཞན་མ་ཡིན་པར་ཤེས་དགོས། མཆན།} དང་སྒྲུལ་  
 པ་གཅིག་ཏུ་མི་རེས་ལ། སྟོན་བྱེད་མཆན་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་བླ་མས་དབང་པོ་གོ་རིམ་  
 ལྟར་ལམ་མ་ཞོར་བར་བསྟན་ཅིང་། ཁྱོད་གྱིས་འདི་ལྟར་གྱིས་ཤིག་ཅེས་བཀའ་སྤྱུལ་  
 པ་དེ། རང་གིས་གཏན་ནས་མི་རྣམས་ན་ལན་གཅིག་གམ། གཉིས་སམ། གསུམ་གྱི་  
 བར་དུ་གནང་བ་ལྟ། མ་གནང་ཆེ་སྟག་ལ་བཟ་གུང་བསྐྱབ་དགོས་ཏེ། སྟོབ་དཔོན་  
 འཇམ་དཔལ་བཤེས་གཉེན་གྱིས། བླ་མས་སྟོབ་མར་ལོག་པ་བསྐྱབ་མི་ལྷིད། །གལ་  
 ཏེ་བསྐྱབ་གུང་བཀའ་བཅག་དཔུལ་བར་འགོ། །ཞེས་སོགས་མདོ་རྒྱུད་མན་ངག་  
 དུ་མ་ནས་ལུང་དང་ཆོད་མའི་རྣམ་ཐར་དཔེ་བཅས་ཡང་ཡང་གསུངས་པས་དེ་ལྟར་བྱ་  
 དགོས་སོ། །

སྐབས་སུ་བབས་པ་བྱར་མེད་འོད་གསལ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་སྟོས་མེད་དོན་གྱི་སྟིང་པོ་  
 ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ། དེའི་དགོངས་དོན་དང་འཇུག་སྟོབ་སྟན་པའོ། །དང་པོ། ཀུན་  
 ཏུ་བཟང་པོའི་དགོངས་ཉམས་རྟོག་རྟེན་ཆེའི་ཆོག་ལས། ཀུན་ཏེ་ ར་ཡི་རང་བཞིན་རྫོགས་པ་  
 ཆེན་པོ་ལམ། འཁོར་འདས་ཆོས་རྣམས་སྤངས་སྟོབ་བྲལ་བར་རྫོགས། མན་ངག་  
 གནད་རྣམས་རང་གྲོལ་ཆེན་པོར་རྫོགས། ལྟ་བའི་གནད་རྣམས་རྟག་ཆད་མེད་པར་  
 རྫོགས། སྟོམ་པའི་ལམ་རྣམས་འབད་ཚུལ་མེད་པར་རྫོགས། སྟུང་པའི་ཆོས་རྣམས་  
 གནད་བཀག་མེད་པར་རྫོགས། འབྲས་སུའི་དོ་པོ་ཡིད་སྟོན་བྲལ་བར་རྫོགས།  
 རྫོགས་ཞེས་བྱ་བའང་སྟོས་བཏགས་ཅོམ་དུ་ཟད། ཆོས་རྣམས་ཀུན་གྱི་དོ་བོ་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས། སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་ཐུགས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་སེམས། སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་  
 སྟོག་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་སེམས། བྱང་ཆུབ་སེམས་ལ་ཀུན་རྫོབ་དོན་དམ་མེད། མེད་ཅེས་  
 སྟོན་སྟེང་པར་རྒྱས་མི་གདབ། ཡོད་ཅེས་བཟུང་ནས་རྟག་པར་སྟོས་མི་འཆོས།  
 མ་བཟུང་མ་བཏང་རང་གར་སྟོ་འདས་དབྱིངས། བསམ་ཡུལ་སྟོས་པ་ཀུན་དང་བྲལ་  
 བའི་གྲོང་ ར་ལ་བཅོས་མའི་རྣམ་རྟོག་མེད་པའི་ཕྱིར། དགོ་སྟོག་ལས་དང་འབྲས་  
 ལུ་གཏན་ནས་ཟད། ལྟ་སྟགས་ཏིང་འཛིན་གྱིས་ཅི་ཞིག་བྱ། བསྐྱབས་པས་འགྲུབ་  
 པའི་སངས་རྒྱས་ང་མ་ཡིན། ར་ཡི་རང་བཞིན་ཀུན་བྱང་ཆེན་པོ་ལམ། ས་ལམ་བསྟོན་

པས་མཐོང་བ་ག་ལ་སྒྲིབ་པ་དེ་སྒྲིབ་རེ་དོགས་འདྲུང་བུས་མི་འཛིང་བར་ལྷ་བ་བཟང་  
 པོའི་རར་དང་སྒྲོལ་ལ་ཞོག་སྒྲོལ་བ་བཟང་པོའི་ཤུབས་ནས་ཐོན་ལ་ཞོག་སྒྲོད་པ་  
 འདྲུང་བུའི་ཚུལ་འཛོམས་ཤིགས་ལ་ཞོག་སྒྲོལ་བུ་ཆེན་པོའི་རེ་དོགས་བསྐྱར་ལ་  
 ཞོག་སྒྲོལ་བ་སྒྲོལ་པ་མི་བསྐྱོམ་ལས་འདས་བྱུང་བའི་རར་བྱ་དང་མི་བྱའི་ཕྱིས་གདབ་  
 དབྱིངས་སུ་ཡལ་སྒྲོང་དང་མི་སྒྲོང་ལས་འདས་བྱུང་བུ་མེས་སུ་ཡོད་དང་མེད་པའི་  
 སྒྲོགས་ཞིག་གཞུག་མའི་གྲོང་སྒྲོལ་བས་མ་བརྗོད་ཏུ་མེད་པའི་རིག་པ་ལེ་དེར་འཛོམ་  
 གཞིན་པོ་མེད་པའི་སྒྲོག་ཤིང་ཅན་གཅེར་བྱ་ལྷིང་པ་རང་གྲོལ་སོ་མའི་གཤིས་  
 འབད་ཚོལ་སྒྲོལ་བ་ཀུན་དང་བྲལ་བའི་གྲོང་དུས་གསུམ་འཕེལ་འགྲིབ་མེད་པའི་  
 རང་ལ་གནས་ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ། བི་མའི་ཞལ་ལུང་ལས་རྒྱུ་བ་བདུན་གྱིས་བསྐྱར་ཏེ་དང་པོ་འཇུག་པའི་  
 སྒྲོལ་མི་ཚོལ་མེད་བྱ་བྲལ་ཤུགས་འབྱུང་བྱ་ཡན་གྱི་རང་ནས་འཇུག་གོ་གཉིས་པ་  
 རྒྱུགས་བྱེད་གྱི་ལྷ་བ་ནི་བརྗོད་བྲལ་གཟའ་གཏད་དང་བྲལ་བ་སྒྲོང་ཉིད་བསམ་  
 འདས་སོ་གསུམ་པ་སྒྲོལ་བ་ནི་དམིགས་གཏད་མཚན་མ་དང་བྲལ་བ་དེ་མ་བཅོས་  
 འཛོམ་མེད་དང་དྲངས་ལྷན་གྱུ་བ་ཡོངས་རྒྱུགས་མཉམ་ཉིད་ཅུ་བྲལ་ཟང་ཐལ་ལོ་  
 བཞི་བ་སྒྲོད་པ་ནི་བྱ་བྲལ་ཤུགས་འབྱུང་སྒྲུང་སྒྲུང་གི་མཐའ་ཟད་རོལ་བ་གཅིག་གི་  
 རོ་བོའི་ལྷ་བ་འབྲས་བུ་ནི་ཡེ་ཤེས་བྲལ་མའི་ས་ཞེས་བྱ་སྒྲེ་སྒྲུང་ཐོབ་མེད་པ་ཡེ་ནས་  
 ལྷན་རྒྱུགས་ཆེན་པོ་ཡིན་ནོ་དུག་པ་ཐོབ་པའི་དུས་ནི་དུས་གསུམ་མ་རེས་ཏེ་ཡེ་  
 གདོད་མ་ནས་རང་ཆས་རང་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ་བདུན་པ་དོན་གཉིས་ནི་ཚོལ་མེད་ཏུ་  
 ཡེ་རྒྱུགས་ལྷན་གྱུ་བ་བྲལ་བདུལ་ཆེན་པོ་ཡིན་ནོ་

དེ་རྒྱུམས་ཀྱང་མོས་པའི་རིམ་པས་ཡར་ལ་རིམ་པ་བཞིན་འཕགས་ཏེ་མཐར་ཐུག་  
 དོན་གྱི་ཅུ་བ་ནི་བྱར་མེད་སྒྲུང་དོར་དང་བྲལ་བ་ཡེ་ནས་ཆོས་སྒྲུ་སྒྲོ་འདས་ཡིན་ཅིང་  
 མདོར་ན་ཐེག་པའི་རིམ་པ་དེ་དག་ཀྱང་སྒྲོལ་ན་དཔག་ཏུ་མེད་དེ་ཉི་མའི་ཟེར་དང་  
 མཚུངས་ཤིང་བསྐྱར་གཅིག་ཏུ་འདུས་ལ་ཉི་མའི་སྒྲིང་པོ་ལྟར་དང་སེམས་གྱི་ཆོ་  
 འཕྲུལ་དང་གང་འདུལ་ཐབས་དང་སྒྲུགས་རྗེའི་རང་བཞིན་ནི་འདུལ་བྱེད་ཏུ་ཤེས་

པར་བྱ་བ་གཅེས་ཤིང་། དེ་ལྟར་ཐེག་པའི་རིམ་པ་མ་ཤེས་ན་ཐེག་པ་ཐུན་མོང་པ་དང་  
འདྲ་སྟེ། ས་ལམ་ལྟ་དགོངས་གྲུབ་མཐའ་ཁྱད་ཕྱེ། དཔྱད་བྱེད་ལ་སོགས་པའི་རིམ་  
པ་མ་ཤེས་པས་ཕྱོགས་སུ་གོལ་བ་ཀྱན་གྱང་རྟོགས་ཤིང་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པས་ནམ་མཁའ་  
མདུང་བསྐྱོར་ལྟར་ཕྱོགས་སུ་བེད་པ་གནད་ཆེ་བས་དེ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱའོ། ཞེས་  
སོ། །

དེ་ལྟར་འོད་གསལ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་རྒྱ་འབྲས་ལས་འདས་པ། ས་ལམ་ཅིག་ཆོད།  
རྟོགས་གྲོལ་དུས་མཉམ། སྒྲ་རི་བཞིན་པ་ཡིན་ཡང་གང་ཟག་ལམ་འདི་ལ་མོས་པ་  
དང་གོ་བ་ཅམ་ཡོད་སྤྱིད་ན་ཆོས་ལ་སྒྲིབ་བརྟགས་པ་ཅམ་ལས་མེད་པས་ན་ཡང་བསྐྱར་  
ནི། ཨ་རྒྱན་ཆེན་པོས། ཨ་ཏིའི་བསྟན་པ་ཉམས་པའི་རྟགས། །ཁ་ལྟ་སྤོང་སྒྲིབ་ཐང་  
ཁམས་ཆེ། །དགེ་མེད་སྤྱིག་མེད་ཡིན་ཞེས་སྟེ། །ཁྱིམས་སྒྲངས་ཐ་མལ་སྟོད་པ་  
སྟོང་། །རྟོགས་འཁོར་ཡིན་ཞེས་སྟོག་ཆགས་གསོད། །སྟོམ་སྒྲུབ་དོར་ནས་སྒྲང་མདོར་  
འབྱུངས། །ཞེས་པའི་ལུང་དོན་གྱི་ཐོག་ཏུ་བབས་པ་ལ་ཐུགས་དཔྱད་རེ་མཛད་ནས་  
ལམ་རི་བཞིན་པ་ཉམས་སུ་ལེན་པར་བྱ། དངོས་གཞི་ལས་དང་པོ་བ་ཐབས་ཀྱིས་  
ལམ་ལ་དྲངས་པའི་ཐོག་མར་དེུ་སོགས་ལ་སེམས་འཛིན་ཅིང་དེ་ལ་སེམས་ཟིན་ནས་  
རིམ་པར་གཙོ་དེད་དང་། བྱང་གནས་འགོ་གསུམ་བཅའ་ལུགས་དང་། དང་པོ་འཁོར་  
འདས་རུ་ཤན་སྟོན་དུ་འགོ་བས་སྟོན་གསུམ་སྒྲུངས་པའི་སྐབས་བྱང་གནས་རྩད་བཅད་  
སོགས་ཕྱག་སྟོལ་འདུག་གྱང་། འདི་སྐབས་སྒྲ་མདོ་རྫོ་འཆང་ཆེན་པོས་ཁོ་པོ་རྗེས་  
སུ་བཟུང་བའི་སྐབས་ཀྱི་ཐུག་སྟོལ་དང་། ལས་དང་པོ་པ་ལ་རྟོགས་སྒྲ་པའི་ཕྱིར་  
ཉམས་སྟོང་གི་སྟོན་ནས་སྟོན་པ་ལ། དང་པོ་འཁོར་འདས་ཀྱི་བྱེད་པོ་ལུས་རག་ཡིད་  
གསུམ་གང་ཡིན་བརྟགས་ཤིང་རྩད་གཅོད་དགོས་པ་ནི། སྒས་གཅིག་གི་རྒྱུད་ལས།  
གནས་ལུགས་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ། རང་གི་རྟོག་པ་རྩད་གཅོད་གཅེས། ད་བར་  
འཁོར་བར་འབྱུངས་མཁན་གང་། མ་འོངས་འཁོར་འདས་བྱེད་མཁན་གང་། དགག་  
རྒྱབ་སྒྲང་སྒྲང་བྱེད་པོ་གང་། ལེགས་པར་བརྟགས་ལ་གདར་གཙུག་གཅོད་། ཅས་པའི་  
དོན་ཐལ་ཏེ་གོ་བར་སྒྲུད་པ་ནི། ཁྱོད་ཀྱི་དགེ་སྤྱིག་གི་ལས་བྱེད་མཁན། བདེ་སྤྱིག་གི་

རྒྱ་རྒྱུ་མ་ཁན། འཁོར་འདས་ཀྱི་བྱེད་པོ་སོགས་ལུས་པོ་འདི་རེད་དམ། གཏམ་སྒྲུ་  
བྱེད་ཀྱི་རག་འདི་རེད་དམ། མི་དྲན་དགུ་དྲན་ཀྱི་སེམས་འདི་རེད་དམ་སོགས་ཅུད་  
བཅད་དགོས་ཚུལ་ཞིབ་ཏུ་བཤད་ལ། དེ་ལ་ཐོག་མར་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
སྐྱུག་བསྐྱུལ་དང་བྲལ་ཏེ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ས་ལ་བདག་གཅིག་ཤུས་འགོད་པར་བྱ་བའི་  
ཕྱིར། སེམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་སྒྲོམ་པ་ཡིན་པས་མྱུར་དུ་རྟོགས་ནུས་པར་བྱིན་གྱིས་  
རྫོབས་ཤིག་སྒྲུམ་པས། སྤྱི་མའི་རྒྱངས་འཕོད་གསོལ་འདེབས་གང་ཤེས་བྱ།  
དེ་ནས་ལུས་རྒྱུ་སྒྲུང་ཆོས་བདུན་ནས་དྲང་པོར་འདུག་ལ། མིག་སྒྱ་ཅིར་ཡབ་ནས་  
སྐྱབ་སྐྱབ་ལ་གངས་མར་དང་། འགོ་འཆག་ཟ་ཉལ་སོགས་ཀྱི་སྐྱབས་དྲན་ཤེས་ཀྱིས་  
རྟོག་དབྱེད་ཀྱིས་ཤིག་ཅེས་གངམས། དེའང་ཐག་ཆོད་ཞུ་རྒྱུ་མ་རྟེན་ཆོ། ཁྱོད་ཀྱི་ལུས་  
རག་ཡིད་གསུམ་འདི་གཅིག་རེད་དམ་སོ་སོ་རེད་ལྟོས་ལ་ཤོག་ཅེས་བཏྲར་བཅུག་  
གཅིག་རེད་ཟེར་ན། ཡང་ཡུང་དེ་ཉིད་ལས། དཔར་དུ་སེམས་ཀྱི་མཆང་བཅའ་བམ་  
སྒྲོ་གསུམ་གཅིག་གམ་ཐ་དད་པམ། གཅིག་ན་སོ་སོར་སྒྲུང་འདི་ཅིམ། ཡང་ན་སེམས་  
དངོས་མ་གྲུབ་བཞིན་སྒྲོ་གསུམ་དེ་ལྟར་འགྱུར་དགོས་ཤིང་། ཐ་དད་ཡིན་ན་ལུས་  
གྲུབ་བཞིན་རག་དང་སེམས་གྲུབ་གྲུབ་དགོས་ཏེ། དེ་སོགས་འགལ་འདུ་རྒྱུ་མ་མང་  
ཡང་། གཅིག་དང་ཐ་དད་ཡིན་མིན་གྱིས་། དགག་རྒྱུ་བྱེད་པོ་སྒྲོ་གསུམ་གྱི་། གར་  
གཙོ་བདུགས་ཤིང་དབྱེད་བྱས་ནས་། མཆངས་འདོན་རྟོགས་པའི་ཐུ་ཐག་གཙོད་  
ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་བདུག་བཅུག་སྟེ། དལ་ཤུས་ཁྲིད་ལ་རྒྱན་ལབ་མི་ཡོད་དཔེ་བས་  
འགགས་ལ་ཡང་ཡང་གཏུགས། སེམས་གཙོ་ཆེ་ངེས་རེད་ཟེར་ན། ལུས་རག་གཉིས་  
སེམས་ཀྱི་གཡོག་པོ་དགོ་སྟེ་ག་གང་ཡང་སེམས་ཀྱི་དྲན་ཅིང་། དེའི་རྗེས་སུ་ལུས་རག་  
འབྲང་ལ། ཤིན་ས་རག་རྒྱུད་དང་འགོགས་ཏེ་ཡལ་འགོ། ལུས་རྗོ་བ་ལྟར་ཤུལ་དུ་ལུས།  
གང་བྱས་ཀྱི་ལས་སེམས་རྒྱུ་པར་ཤེས་པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས། དཔར་དེ་དང་།  
ཕྱི་མའི་བདེ་སྐྱུག་ཕྱོད་ཚུལ་སོགས་ཐག་ཆོད་ངེས་སུ་རྟོ་སྒྲད་དོ། །  
གཉིས་པ་བྱུང་གནས་འགོ་གསུམ་ཅུད་བཅད་ཅིང་གཏན་ལ་དབབ་པ་ནི། ཡང་ཡུང་  
དེ་ཉིད་ལས། ཐ་མ་བྱུང་གནས་འགོ་གསུམ་ཡང་། སེམས་འདི་སོག་མར་བྱུང་ས་གང་།

བར་དུ་གར་གནས་མཐར་གར་འགྲོ། བྱང་ས་བྱང་མཁན་གནས་ས་དང་། གནས་  
མཁན་འགྲོ་ས་འགྲོ་མཁན་སོགས་མཁན་པོ་རང་གི་དོ་བོར་བརྟགས་། གཅིག་དང་དོ་  
བོ་གཟུགས་ཁ་དོག་། གནས་འགྲུ་བདེ་གསལ་མི་རྟོག་ཉམས་། བརྟགས་པས་གཟུགས་  
དབྱིབས་ཁ་དོག་རྣམས་། མཐོང་ངམ་གྲངས་སོགས་ཡོད་པ་ན་། ཡོད་པའི་དངོས་པོ་  
གང་ལ་གནས་། གནས་པ་དེ་ཉིད་ཤེས་མཁན་གང་། བརྟགས་ཤིང་སྒྲོ་ལས་འདས་  
པར་བྱ། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་ལམ་གྱི་གནད་། བརྟགས་ཤིང་གདར་གཞོན་པས་ན་།  
ཡོ་ཤེས་མཐོང་བ་ཆེན་པོར་འགྱུར་། ཞེས་པ་ལྟར། ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་ཞེས་པ་མི་དྲན་  
དགྲ་དྲན་བརྩུང་ན་མི་ཟེན་བཏང་ན་མི་འགྲོ་བའི་རྟོག་པ་སྐད་ཅིག་མ་ཕལ་གྱིས་ཤར་  
བ་དེ་ལས་གཞན་མེད། འོ་དེ་ཕྱི་རོལ་གཟུགས་སྐྱ་དྲི་རོ་རེག་བྱའི་ཡུལ་དེ་ལས་རྩུར་  
བྱང་ངམ། མིག་སོགས་དབང་པོའི་ཕྱོགས་ནས་པར་སོང་བ་གང་ཡིན་ཡང་ཡང་ལྟོས་  
ཤོག་ཅེས་གདམས།

འདི་ལས་བྱུང་ཟེར་ན། དེ་ལས་བྱུང་སྐྱམ་མཁན་དེ་དང་བྱུང་བ་དེ་གཉིས་གཅིག་མེད་  
དམ་སོ་སོ་མེད་ལྟོས་ཤོག་བྱ། གཉིས་མེད་ཟེར་ངམ་ཡང་ན་གཅིག་མེད་ཟེར་ན་དེའི་  
གཟུགས་ཅི་འདྲ་འདུག ཁ་དོག་དཀར་དམར་མཐིང་ལྗང་སོགས་ཅི་འདྲ་འདུག་ལྟོས་  
ལ་ཐག་ཆོད་པར་གྱིས་ལ་ཤོག་ཅེས་གདམས། དེ་བཞིན་དུ་ཆོགས་དུག་ཐང་དང་དུ་བྱེ་  
ནས་བརྟགས་བརྟག་པའམ། ཡུལ་གང་ལ་རྟོག་པ་འཕྲོ་ཞིང་དེར་འཛིན་མཁན་པོ་ལ་  
བརྟགས་པ་སོགས་ཐབས་སྐྱ་ཆོགས་གྱིས་ཐག་ཆོད་ངེས་བྱ། ཡང་གནས་ས་གནས་  
མཁན་ལ་བརྟག་པ་ནི། བྱིའི་ཡུལ་དང་དབང་རྟེན་གང་ལ་གནས་སྐྱ་མ་ལྟར་རྩད་  
བཅད་དེ་བརྟག་བརྟག་ལ། འདིར་གནས་ཟེར་ན་གཟུགས་ཁ་དོག་སོགས་སྐར་ལྟར་  
དྲི་སྐྱད་གྱིས་རྩད་ཆོད་ངེས་བྱས་པས་གནས་ས་མ་རྟེན་ཆོ། མཐར་འགྲོ་ས་དང་འགྲོ་  
མཁན་ལ་བརྟག་པ་ནི།

ཁྱོད་ཀྱིས་མིག་གིས་གཟུགས་དང་། རྣ་བས་སྒྲ། ལྟོས་རོ། ལྟོས་དྲི། ལྟོས་གྱིས་ཆ་  
གང་སོགས་ཀྱི་ཡུལ་ཁྱོད་ཆོར་གྱི་དུས་སྐད་པོའི་ཤེས་པ་དེ་འགགས་ནས། ཡང་  
གཞན་ཞིག་དྲན་ཡི་འོང་ལྟོས་ལ་ཤོག་ཅིག་གདམས། དེ་ལྟར་མེད་ཟེར་ན་རྟོག་པ་སྐྱ་



མ་དེ་ཡུལ་དེ་ལ་ཐིམ་ནས། ཡང་གཅིག་དེའི་ཤུལ་ནས་སྒྲེ་བ་ཤོད་དམ། དེ་ཕར་སོང་  
ནས། ཡང་ཚུར་ལ་འོང་བ་ཤོད་ལྟོས་ལ་ཐག་ཆོད་པར་གྱིས་ཤིག་ཅེས་གདམས། ཡང་  
འདི་འདྲ་ཤོད་ཟེར་ན་གཟུགས་ཁ་དོག་སོགས་གོང་ལྟར་ཅུད་གཅོད། གང་ཡང་ཟེར་  
མི་ཤེས་པའི་ཉལ་དེ་ལྟར་ངེ་ཞིག་ཤོད་ཟེར་ན་དེ་ཡང་ཡང་བཟགས་བཅུག་ལ། དེ་ལས་  
མེད་ངེས་སུ་ཐག་ཆོད་བྱང་ཆོ། འོ་དེ་ལྟར་ཡིན། སེམས་འདི་ཐོག་མར་སྒྲེ་མ་སྒྲོང་  
བས་བྱང་ས་མེད། བར་དུ་འགགས་མ་སྒྲོང་བས་གནས་ས་མེད། ཐ་མ་འགྲོ་འོང་གི་  
མཆོན་མ་མ་གྲུབ་པས་འགྲོ་འོང་མེད། དེ་ལྟར་བཟགས་པའི་མཁན་པོ་དེའང་མེད་  
པས་གཞི་མེད་ཅུ་བྲལ་གྱི་རང་དེར་སྒྲོང་ལ་སྒྲོམས་ཤིག་ཅེས་གདམསོ། །

གསུམ་པ་གནས་འགྲུ་ཞི་ལྷག་གི་ཤན་དབྱེ་བ་ནི། གནས་ལུགས་དོ་རྗེའི་ཆོག་རྒྱུ་  
ལས། གཞི་ཡི་གནས་ལུགས་སྒྲོས་དང་བུལ། གཞི་སྒྲུང་རིག་པ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲུ་ ལམ་  
ལ་བྱ་ཚུ་ལ་ཡེ་ནས་དག། དེ་ནིང་མངོན་གྱུར་གྲོ་ལ་ས་ཆེ། འབྲས་སྤྲུག་དུ་བཅད་མ་  
ཡིན། འབྲས་ནིང་རྒྱ་རུ་ཡོད་པའི་དུས། ཆམ་གྱིས་གནས་པ་ཞི་གནས་ཡིན། ཐོལ་  
གྱིས་ཤར་བ་རིག་པའི་གདངས། རིག་གིས་རིག་པ་ལྷག་མཐོང་ཡིན། ཞེས་པ་ལྟར་  
ན། ཞི་ལྷག་གཉིས་མཆོན་བཅས་དང་མཆོན་མེད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་གཏན་ལ་དབབ་པའི་  
མན་དག་བཞེད་སྟོལ་སྒྲུ་ཆོགས་ཡོད་ཀྱང་། འདི་ནི་ཀུན་མཁྱེན་གྲོང་ཆེན་པའི་མན་  
དག་གི་ཡི་གེ་བྲུ་མ་ཡང་ཉིག་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་སོགས་ལས་གསུངས་པས་ཡིག་.....  
འབྱུང་གཟུགས་ཤེས་པ་དག་ལ་འདི་ལྟར་ཁྲིད་པར་བྱས་ན། དབང་པོ་རྩོུལ་གྱི་  
སྐབས་དབྱེ་བ་སོགས་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་ཉམས་སྒྲོང་ཡོད་པས་དེ་ལྟར་ན། ཐོག་  
མར་མཆོན་མ་ཨ་དཀར་ལ་སེམས་གཟུང་བ་ནི། དཔེན་པར་ལུས་སྒྲོད་ཆགས་པའི་  
སྒྲིལ་གྱང་བཅས་ཏེ། སྒྲུ་ཆེ་འམ་སྒྲིན་མཆོམས་སུ་ཨ་དཀར་པོ་འོད་དང་ལྷན་པ་གཅིག་  
བསྒྲེམ་སྟེ་རྒྱུང་སྒྲུ་ནས་ཕར་འགྲོ་དུས་རྒྱང་གིས་སོང་། ཚུར་བྱུང་དུས་རིལ་གྱིས་འོང་  
ནས་སྒྲུར་གྱི་དམིགས་ས་དེར་གནས་པར་བསམ། དེའང་ཆོ་བ་ཤས་ཆེན་རྒྱུང་དང་  
ཡིག་འབྱུ་གང་བ། གང་བ་ཤས་ཆེན་ཆོ་བའི་རིག་བྱ་ཅན་དུ་བསྒྲོམས་ལ་ཉམས་སུ་  
བྲུངས་པས། རིམ་བར་གོམས་ནས་ཕར་འགྲོ་ཚུར་འོང་ལན་བརྒྱུད་དགྲུ་རེ་ཅམ་ལ་

ནམ་རྟོག་གི་བར་མི་བཅད་པར་སེམས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་ཨ་ལ་དམིགས་པ་ཟིན་པ་ཞིག་ནས།  
 དེ་ནས་དམིགས་རྟོན་ཨ་ལའི་འཛིན་པ་འད་མེད་པར་སྐྱེ་མེད་བསམ་པ་ཐམས་ཅད་དང་  
 གྲུལ་བ་ལན་ཅིག་མིན་པར་ཡང་ཡང་བྱུང་ན། ཉིང་དེ་འཛིན་ཐུན་མོང་ཞི་ལྷག་ཟུང་  
 འཇུག་འབྲུག་པ་ཡིན། དེས་ནམ་རྟོག་མི་ཆོད་པར་འདུག་ན། བར་ཆད་སེལ་བའི་ཡི་  
 ག་པར་ལ་སེམས་བཟུང་བ་ནི། ལུས་སེམས་ཁོང་སྟོད་ལ་རང་སོར་བཞག་ནས་པར་  
 དྲག་པོ་ཞིག་བརྗོད་པས། རྟོག་པ་གང་ཡང་མེད་པའི་ཤེས་པ་ཉར་དེ། མེད་པོ་བཞིག་  
 བྱུང་བའི་རང་དེར་གློད་ལ་བཞག་ ཡང་རྟོག་པ་ཕྱི་མ་སྐྱེས་དུས་དེ་ག་ལྟར་པར་གྱིས་  
 བཅད། མི་ཆོད་ན་དྲག་ལ་བྱུང་བ་ཡང་ཡང་བརྗོད་དེ་ཉམས་སུ་བྱུངས་པས་རང་  
 བཞིན་སྟོས་པ་དང་གྲུལ་བའི་ཡི་ཤེས་འཆར་བའང་ཡོད་དེ་ཉམས་འཇུག་པ་ཅན་ནམ་  
 ཡི་ཤེས་ཡིན་མིན་བརྟག་གོ།

དེས་ཆོད་རུང་མ་ཆོད་རུང་ཁོ་པོ་དགུས་པའི་གད་མོ་ལ་སེམས་བཟུང་བ་ནི། གོང་  
 ལྟར་གློད་ལ་མ་ཉམ་པར་བཞག་དུས་ནམ་རྟོག་བདེ་སྟུག་རགས་པ་གང་བྱུང་དུས་ཉ་  
 ཉ་ཞེས་དྲག་ལ་བྱུང་བ་བརྗོད་དེ་ཞི་བའི་དུས་རང་ལ་བཞག་གོ། ལྷག་སྟུང་སྐྱོད་དང་  
 བཅས་རྒྱུད་མྱིར་འཛིན་ཞོག་པ་སྟོང་མེད་པ་རེ་བྱ། དེས་སེམས་མི་དགའ་བ་དང་།  
 རྒྱུད་དང་ཁམས་འབྲུགས་པ་སེལ་ཞིང་། ཆོས་ཉིད་རང་བྱུང་གི་ཡི་ཤེས་ཀྱི་ཉམས་  
 འཆར་རོ།

དེས་ཀྱང་མ་ཞིན་ལྷ་མ་ཡིན་ཅོད་པ་འབྱེད་པ་ལ་སེམས་བཟུང་བ་ནི། རི་ཅེ་ལ་སོགས་  
 བ་མཐོ་སར་ཕྱིན་ལ་ལུས་སེམས་གོང་ལྟར་གློད་དེ། དང་པོ་མགོ་དང་ལུས་པོ་དལ་  
 ལུས་སྒྲིལ། དེ་ནས་ཁམས་ཀྱི་སྒྲུབ་ཐང་དྲག་ཏུ་སྒྲིལ་ཏེ། ལྷེ་བར་རྟོ་དམར་པོ་ལ་  
 སེམས་གཏད། རྒྱུད་ནང་དུ་གཟུང་། རྒྱུད་ལ་ཤིས་པའི་ཟས་བརྟན་པས་ཕྱིའི་སྤྱང་བ་  
 རང་འགགས་ལ་སོང་ནས། ཅིའི་རོ་པོ་འད་མ་གྲུབ་པ་ཉམས་སུ་བྱུང་སྟེ་སྟོང་ཉིད་  
 བསམ་པ་དེ་དང་གྲུལ་བའི་ཉམས་སྐྱེའོ། །རབ་ལ་ཨ་གཅིག་ལུས་ཆོག་པ་འད་ཡོད།  
 མིན་ཀྱང་བག་ཆགས་སྟེག་བྱེད་རྟོ་ལ་སེམས་འཛིན་པ་ནི། སྟོན་མཚམས་སུ་རྟོ་ཡིག་  
 དམར་པོ་ཤིན་ཏུ་སྤྲ་བ་ཞིག་ལུན་རིང་བྱུང་སྟེ་ལ་ཉེ་བསྟོམས་པས་ཐུན་མོང་ཉམས་ཀྱི་



ཞི་ལྷག་དུས་གཅིག་མཐོང་བའང་ཡོད། དེ་གཉིས་གང་ཡང་རུང་བའམ། ཡང་ན་རྣམ་  
 བར་རྟོག་པ་རྒྱ་གིས་འདྲེད་པ་ལ་སེམས་གཟུང་བ་ནི། ལུས་སེམས་གོང་ལྟར་སྒྲིབ་  
 ལྟ་ཅེར་རྒྱ་རྒྱུ་པོ་གཅིག་དམིགས་ལ་སེམས་ཟེན་བཞག་། རྒྱ་དེ་ཐར་འགོ་དུས་དག་གིས་  
 རྒྱ་སྒྲིབ་ལ་བུས་སྒྲིབ་གངས་རྒྱུང་བར་བརྟེན་པ་དང་རྒྱ་དབྱེར་མེད་དུགས་ཐོག་  
 གཅིག་གིས་རྒྱུང་སྒྲིབ་འཛིན་དང་བསྒྲགས་ཏེ། ཐར་འགོ་རྒྱུང་འགོ་གངས་བདུན་  
 བརྒྱད་ཙམ་ལ་རྣམ་རྟོག་གིས་བར་མི་གཅོད་པའི་ཆོ། རྒྱུངས་རྗེ་རིང་མིག་གིས་  
 མཐོང་ས་བར་བཏང་བའི་འདུན་མ་བུས་ནས་ཡང་ཡང་སྒྱུར་ས་པས། ཅི་ཞིག་ན་རྒྱ་  
 གིས་དམིགས་པ་གཏན་ཡལ་དུ་སོང་སྟེ་དམིགས་མི་ཤེས་པ་དང་། དག་གིས་རྒྱ་གི་  
 རྒྱ་བརྟེན་པའི་རྒྱུང་ཡང་ཆད་དེ། གཏན་མེད་ཏན་དེ་སོང་ངེས་ལ་ལེ་བ་བརྟེན་མི་  
 ཤེས་པའི་ཉམས་ལན་ཅིག་མིན་པས་ལན་གངས་དེ་ལྟར་བྱུང་ཆོ་མཚན་བཅས་དམིགས་  
 པ་ལ་བརྟེན་པའི་ཞི་ལྷག་གི་ཉམས་ངེས་བར་འགྲུབ་པ་ཡིན། ཡིག་འབྲུ་མི་ཤེས་པའི་  
 མི་སྒྲིབ་པོ་མོ་ཐ་མལ་བ་རྣམས་ལ། རྟོད་དང་རྟེན་རྒྱུ་ཤིང་སོགས་སྒྲིབ་པོ་ལ་སེམས་འཛིན་  
 བའམ། ཡང་ན་སྒྲིབ་སྒྲིབས་གནས་ཀྱན་འདུས་ཡིན་པའི་ངེས་ཤེས་ཀྱིས་རང་གི་  
 མཐུན་ནམ་སྒྲིབ་པོར་བསྒྲུབ་པ་སོགས་ལ་བསྒྲུབ་པོ། །  
 དེ་ལྟར་ཐབས་ལ་བརྟེན་ནས་ཉམས་ཀྱི་ཞི་ལྷག་གི་གཞི་རྒྱུགས་ནས། སྒྲིབ་མ་མི་  
 བརྟེན་པའི་དུན་པས་འགོ་འདུག་ཉལ་འཆག་བཟའ་བཏུང་སོགས་ཀྱི་དུས་ཐམས་  
 ཅད་དུ་བསྒྱུར་ཆོ། དང་པོ་བརྟེན་ངེས་ཆོ། རྒྱུན་དུ་ཅི་ཙམ་གོམས་རིམ་ལྟར་མི་བརྟེན་  
 པ་ཡོང་། དེ་སྒྲིབས་རྣམ་རྟོག་བཟང་ངན་གྱི་དབང་དུ་ཤོར་ནས་ཡོངས་པ་དང་།  
 སྒྲིབས་སུ་ལུང་མ་བསྟན་དུ་ཤོར་ཏེ་ཡོངས་པ་གང་བྱུང་དུས་ཅེར་བལྟས་དང་འཇུར་  
 དུན་མི་བྱ་བ། སྒྲིབ་དུན་པའི་མོས་གྲུས་ཀྱིས་མིག་གྲིབ་དུ་རྒྱུང་ཟད་སྟོག་ལ་བལྟས་  
 པས་སེམས་འགོ། དེ་ལྟར་ལུན་རིང་ཉམས་སུ་སྒྲུངས་པས་ནི། ར་ཤོར་དོ་གསུམ་ཙམ་  
 བཏུང་ཆོ་ལས་མི་བརྟེན་པའི་དུས་སུ། རུ་གན་ནམ་རྟོག་དུས་ཟེན་པ་གལ་ཆོ།  
 དེ་འང་མཉམ་བཞག་རྗེས་ཐོབ་གཉིས་འཇུར་དུན་ལ་འཐས་ཀྱིས་བཅིང་བ་མ་ཡིན་  
 པར་ཉམས་སུ་སྒྲུངས་ཆོ། བྱིངས་སྒྲིབ་འཕྲོ་ཆོད། འཕྲོད་འཕྲོད། ལུང་མ་བསྟན་

སོགས་ཀྱི་དབང་དུ་མི་གཏོང་བར་སྤྲོ་མའི་ཞལ་གསལ་ལྟར་བྱ། ཉམས་ཀྱི་བདེ་གསལ་  
 མི་རྟོག་འཕེལ་འགྲིབ་ཅན་སྣ་ཚོགས་འོང་བས་གདམས་པ་ཟབ་མོའི་ཐབས་ལ་མ་  
 བརྟེན་ན་ཉམས་དང་རྟོགས་པའི་ནོར་ས་དང་ཤོར་གོལ་སོགས་སྤྲིང་སྤྲུབ་རང་  
 རྟོབས་ཀྱིས་བསལ་མི་ཤེས་པས་ན། མན་རག་ཟབ་མོ་རྣལ་འབྱོར་བཞི་རིམ་དང་།  
 བར་སྤྱོན་གྱི་ལམ་ལུང་འགོས་ལྟར་འདི་བཞེན་ཉམས་སུ་ལེན་པ་གནད་ཆེ། རྟོགས་  
 པ་ཆེན་པོ་བྱར་མེད་སྟོ་འདས་ས་ལམ་ཅིག་ཆོད་རྟོགས་གྲོལ་དུས་མཉམ་ཡིན་པས།  
 ཐུན་མོང་ཐེག་པ་དང་། རྒྱལ་ཆེན་རྣལ་འབྱོར་བཞི་རིམ་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་དོན་  
 མེད་སྟུམ་ན། ལྟ་སྟེན་སྟོད་པ་ཅིག་ཅར་ཏུ་རྟོགས་པའི་གང་ཟག་དང་། རྟོགས་པ་  
 ཆེན་པོའི་བྱུང་ཆོས་རྟོག་པར་མེད་པ་བཅུ་གཉིས་དང་། རོ་མཚར་བའི་ཆོག་ཆེན་བརྒྱད་  
 སོགས་དབང་པོ་ཤིན་ཏུ་རྩོན་པོ་ལྟ་བུ་ཆོད་སྟེན་པ་དོད་རྟགས་ཐོན། རྟོད་པ་  
 ལམ་བྱུང་གིས་བོགས་ཐོན་པས་རྟོགས་ཆེན་སེལྟེའི་རང་སྐྱེད་ཡིན།  
 གང་ཟག་དབང་པོ་རབ་འབྱིང་ཐ་མ་གོང་སྟེན་ལྟར་བྱུང་ཆེ་བའི་བྱིར་དང་། བྱུང་  
 པར་སྟོན་པ་ཐུབ་པའི་དབང་པོས་མདོ་སྟེ་བཟུང་དཀར་པོ་ལས་སྟིགས་མ་ལུ་ལུང་བསྟན་  
 པའི་ཐོག་ཏུ་ཁེལ་བ་མཐོང་ཆོས་སུ་གྱུར་པ་ལྟར་ལྟ་བུའི་སྟིགས་མ་ནི། ད་ལྟ་སྟེར་  
 མདོ་སྟེན་གཉིས་ཀྱི་བསྟན་པ་དང་། སྟེན་སུ་བྱུག་རྟོགས་སྟེང་པོའི་བསྟན་པ་རིན་  
 པོ་ཆེ་ཁ་ལྟ་ཡིད་དཔྱད་གོ་ཡུལ་དུ་སོང་ནས་ཤིན་ཏུ་ཉམས་དམའ་བ་འདི་ལ་ལེགས་  
 པར་དབྱེད་ན། རྟོན་བསྟན་པའི་སྟེང་པོ་དར་བའི་དུས་སུ་བསྐྱེད་རྟོགས་གཉིས་ཀྱི་  
 ལམ་ཉམས་སུ་སྤངས་པའི་འབྲས་སུ་སྐྱེ་ཆོད་པ་ཐུན་མོང་གྲུབ་པ་བརྒྱད་སོགས་བརྟེན་  
 རྩལ་དང་། རང་གྲོལ་ལྷག་ཆུ་ཆེན་པོ་དང་། འད་གསལ་རྟོགས་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་  
 ཉམས་སུ་བཞེས་ཤིང་། ལམ་རྟགས་མདོན་དུ་མཛད་པ་སྟོན་བྱོན་གྲུབ་པའི་དབང་  
 རྒྱལ་སྐར་ཚོགས་ལྟ་བུ་བྱོན་པ་ཡིན་ཏེ། ད་ལྟ་དེ་དག་གི་རྒྱལ་ས་ཉམས་སུ་བཞེས་  
 རྒྱུའི་གདམས་རག་ཆོས་ཀྱི་རོས་ན་གྲི་གང་མེད་པར་བཞུགས་མོད་ཀྱང་། གང་ཟག་  
 ལ་ལ་ལས་འཕྲོ་སྟོན་ལམ་གྱི་མཐུས་སྤྲོ་བ་རྟོན་འབྲེལ་རང་འགྲིག་ཏུ་སོང་བ་རེ་  
 ཟུང་ཅམ་ཡོད་ན་ཐང་། དེ་མིན་དང་པོ་བརྟེན་བྱ་བརྟེན་རྩལ་གང་ལ་བརྟགས་ཤིང་



དབྱུང་རུང་མ་དབྱུང་རུང་སྒོ་བ་མའི་ཀུན་སྒོང་ཆེ་འདི་དོན་གཉེར་གྱི་ལོག་པའི་བསམ་  
 སྒྲིབ་རན་པ་ཤུགས་ཆེ་ཞིང་། སྟོན་བྱའི་གདམས་པ། སྟོན་བྱེད་གྱི་སྒྲ་མ། བསྟན་  
 ཡུལ་གྱི་སྒོ་བ་མ་རྣམས་བཀའ་ལུང་དང་མཐུན་པར་སྒྲ་སྒྲོབ་གཉིས་ཀའི་རྟེན་འབྲེལ་  
 བརྟག་པ་སོགས། བཟང་རན་གྱི་དབྱེ་བ་མེད་པར་འཆོལ་བོར་སྒྲོད་པའི་རྒྱུན་གྱིས་  
 བསྟན་པ་གཟུགས་བརྟན་ཅམ་དུ་སོང་བ་འདི་ལ་དགོངས་ཏེ། སྤྱེད་ལུང་རྟོགས་  
 གྱི་བསྟན་པ་སྤྱིའི་བདག་པོ་སྒྲོ་བརྟགས་པ་ཅམ་མིན་པར་གངས་ཅན་ལྗངས་འདིར་  
 འགན་ལྷན་དང་བུལ་བ། ཀམ་ཐོག་པ་ཆོས་རྗེ་དམ་པ་བདེ་གཤེགས་ཡཔ་སྤྲས་སྒོ་བ་  
 བརྟུན་དང་བཅས་པའི་བཞེད་སྒོལ། དབང་འབྲིང་མན་ཆད་ཉམས་རྟོགས་ལོར་ཤོར་  
 གོལ་ས་བསལ་ཞིང་ཡང་དག་པའི་ལམ་བཟང་ལ་དགྱི་བའི་བྱིར། རྟོགས་ཆེན་  
 བསྟན་པའི་ཤིང་རྩ་རྩོད་མེད་ཉི་ལྟར་ཡོངས་སུ་གཤགས་པ་ཁམས་གསུམ་ཆོས་གྱི་རྒྱལ་  
 པོ་ཀུན་མཁུན་འཛིགས་མེད་གླིང་པའི་གསུངས་ལས།  
 ཨོ་རྒྱལ་རིན་པོ་ཆེ་གྲུབ་པའི་རིག་འཛིན་གྱི་རྩུ་ལ་ཞུགས་པ་ཆོས་རྒྱལ་དུགས་པོ་ལྟ་  
 རྗེའི་བཞེད་སྒོལ་ར་ལྟོ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པའི་རྒྱུད་རྩ་བར་བཞག་སྟེ། རྣལ་འབྱོར་  
 བཞི་རིམ་ཞེས་ས་ལམ་གྱི་དོད་པོར་ཕྱིས་ནས་གསུངས་པ་དང་། རོ་བོ་རྗེས་གྲང་ཉི་  
 གནས་སྒོམ་པ་པར་ལྟན་ཅིག་སྟེས་སྒྲོར་གསུངས་དུས་སྒྲོར་བཞིའི་བཤད་པ་བདེ་  
 མཆོག་གི་རྒྱུད་ནས་ལུང་དྲངས་ཏེ་བཤད་པར་མདོན་པས་བསྐལ་བ་བྱེད་པ་རང་  
 མཛངས་སྟོན་བྱེད་ཤིན་དུ་ཐ་ཆད་ཆོས་སྤང་གི་ལས་ཕྱོགས་ལྷུང་ཅན་དུ་ངེས་སོ། །  
 དེའི་བྱིར་ན་ཡང་སྒོམ་པ་པ་སྤང་ཁ་བ་སོགས་གྱིས་གྲང་རྒྱ་ཆེར་ལྟོ་སྒྲོར་ནས་བཤད་  
 ཅིང་། རང་ཅག་གྲང་རོང་པ་རྟོགས་ཆེན་པས་ཅི་སྤྲད་གསུངས་པ་བཞིན། ཨོ་རྒྱལ་  
 རིན་པོ་ཆེས་ཤི་མེད་ལ་ཞུས་པ་དང་། {ཀདག་རང་བྱུང་རང་ཤར་ལས། མཆོག་} མཆོ་རྒྱལ་  
 གྱི་ཉམས་སྤྱོད་དུང་ཆ་འདྲ་གསལ་ཞིང་། མཁས་མཆོག་སོག་སྒྲོག་པས་གྲང་སེམས་  
 རྗེའི་ཉམས་རིམ་དང་སྒྲུར་ནས་བཤད་ལ། བྱེད་པར་ཐུགས་གཉེར་ཆེན་པོ་རྩོད་པ་  
 དང་བུལ་བ་གྲོལ་ཏིག་དགོངས་པ་རང་གྲོལ་ལས་རྣལ་འབྱོར་བཞི་རིམ་གྱི་མིང་མ་  
 བརྟགས་པ་ཅམ་ལས། བར་ཕྱིན་གྱི་ལམ་ལྟེ་འགྲོས་དང་བསྟན་ནས་བཤད་ཚུལ་

ཁྱད་རྒྱ་འཕགས་པ་གསུངས་པས་གང་ཟག་རིམ་གྱིས་པའི་དོན་རྒྱ་དབྱེད་བཟོད་པའི་  
 མན་ངག་འདི་ཁོ་ནའི་དགོངས་པ་ལྟར་བཤད་པར་བྱའོ། །  
 ཞེས་དང་། མཁས་ཤིང་གྲུབ་པའི་དབང་ཕྱག་འཕགས་ལམ་མཐོན་པོར་གཤེགས་  
 པའི་ཀུན་ཐོག་བ་སྒྲིང་བྱ་བ་བསོད་ནམས་དོན་གྲུབ་གྱིས་རིགས་ཅན་སྦྱི་དང་། ཁྱད་  
 པར་རིམ་གྱིས་པ་ལ་བརྟེན་བ་ཆེན་པོས་རྗེས་སུ་བཟུང་ནས། མན་ངག་ཟབ་དོན་སྦྱིང་  
 པོ་ཞེས་གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་ཕྱག་ཆེན་རྣལ་འབྱོར་བཞི་རིམ་ལྟར་གསུངས་པ་  
 དང་། དེ་གཉིས་ཀ་ལྟོ་སྦྱར་ཏེ་མན་ངག་སྦྱིང་ཐིག་གི་ལམ་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་གང་  
 ཟག་སྦྱི་དང་། རིམ་གྱིས་པའི་ལས་ཅན་གསར་ཤུ་བ་རྣམས་ཀྱི་ཆེད་རྒྱ་ལྟག་བསམ་  
 དག་པས་བཀོད་པ་ལགས། དེ་ལྟར་ཡང་བཞེད་སྟོལ་འདི་རྣམས་གོང་སྦྱོས་ལྟར་དུས་  
 དང་གདུལ་བྱ་ལ་དགོངས་ཏེ་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཐབས་ལ་མཁས་  
 ཤིང་ཐུགས་རྗེ་རྒྱུགས་ཆེ་བའི་ཐིན་ལས་ཡོལ་བ་མེད་པས་སྟིགས་དུས་གདུལ་བྱ་རང་  
 རའི་བསྟོ་སྟེལ་རྒྱ་ཤར་བ་ཡིན་པེས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཤེས་པས། དང་འདོད་ཡིད་ཆེས་  
 ལྟོག་མེད་གྱི་དང་པ་བཞིའི་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་ལམ་འདིར་འཇུག་པར་བྱོས་ཤིག  
 བཞི་པ་ཉམས་དང་རྟོགས་པའི་རྩད་གཏར་གཅོད་པ་ལ་སྦྱི་དང་བྱེ་བྲག་གཉིས་ལས།  
 དང་པོ་སྦྱིར་སྦྱོན་ཡོན་པོས་བཟུང་བཞི། བྱེ་བྲག་བཞི་བསྐྱས་དོན་ལས།  
 ཨེ་མ་ཏོ། སྤང་ཞིང་སྦྱིད་པའི་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཀྱན། ཁེམས་ཉིད་ཆོས་སྦྱའི་  
 རོ་བོར་གནས་པ་དེ། ཁྲོ་རབ་ཅིག་ཅར་རྟོགས་ནས་འབྲས་སུ་ཐོབ། ཁྲོ་འབྲིང་  
 རྟོགས་ཀྱང་མི་བརྟན་འཕེལ་འགྲིབ་ཆེ། ཁྲོ་ཐ་དེ་ལྟར་མི་རྟོགས་རིམ་གྱིས་སྦྱེ། །  
 ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། ལས་དང་པོ་པས་དབེན་རིམ་  
 བསམ་གཏན་གྱི་ཁང་བར་བསམ་གཏན་གྱི་སྦྱོད་ལམ་སྦྱི་དང་མཐུན་པར་བྱས་ལ།  
 ལུས་རྣམ་སྤང་གི་ཆོས་བདུན་ལྟོད་ཆགས་པར་བཅའ། རྒྱུ་རྩ་འབྱུང་ཅིང་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་ཀྱི་ཀྱན་སྦྱོང་བཟང་པོར་བཅོས། ལྷ་མ་ལ་སྦྱིང་ནས་དད་མོས་ཁྱད་པར་ཅན་  
 དང་བཅས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་རྒྱ་གནས་ལུགས་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་བསྟོ་མ་  
 པ་ལ། ཐིན་ཅི་མ་ཡོག་པའི་ལྟ་བ་རྒྱུད་ལ་སྦྱར་དུ་སྦྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྒྱུ་བས་ཤིག་ཅེས།



ཁ་ཅམ་མིན་པས་སྒྲོ་སྒྲིང་བྱང་གསུམ་སྒྲོ་མེད་གྱི་རང་དུ་སྒྲ་མའི་རྒྱངས་འབོད་སྒྲ་  
བ་འཕྱར་ངེས་བྱས་ལ། བྱང་གནས་འགྲོ་གསུམ་གནན་ལ་ཡབས་ཟེན་པའི་བརྟེན་  
མེད་གྱི་ཤེས་པ་དེ་རང་བབ་བཅོས་མེད་དུ་བཞག། སྒྲོ་རབ་ཅིག་ཆར་བ་དང་པོ་ནས་  
ཞིག་ནས་དྲངས་མའམ། ཞི་ལྷག་ཟུང་འཇུག་སྒྲིང་འབོལ་ལེར་འབྱུང་བའང་ཡོད།  
འབྲིང་ཐོད་ཀྱལ་པ་ལ་དེ་ལྟར་རམ་མ་ངེས་པའི་ཚུལ་དུ་འབྱུང་། ཐམ་མ་རིམ་གྱིས་པ་  
ལ་གོམས་ཤུགས་དང་བསྟན་ཏེ་གདམས་ངག་རིམ་ཅན་དུ་མ་བསྟན་ན་ཉམས་དང་  
རྟོགས་པའི་དབྱེ་བ་སོ་སོར་འབྱེད་མི་ཤིང་གནས་ལུགས་གྱི་དོན་རྟོགས་དགའ་  
བས་པའི་ཕྱིར།

ཡང་། གནས་པ་དང་པོ་རིག་ཟུར་འབབ་ཚུ་འདྲ། ཁབ་བ་ཚུ་སྒྲིང་དལ་འབབ་ལྟ་བུ་  
སྟེ། ཐམ་མ་རྒྱ་མཚོ་རྒྱང་གིས་མ་བསྟོད་འདྲ། ཁདེ་གསལ་མི་རྟོག་ཉམས་གྱི་སྒྲ་བ་  
ལ། ཁེན་འཛིན་བརྒྱལ་འབོག་རྟོན་གསུམ་གནས་པའི་སྟིགས། ཁེན་འཛིན་བརྒྱལ་  
འབོག་རྟོན་གསུམ་མེད་པ་སྟེ། གསལ་དྲངས་མེད་ངེས་གནས་པ་སོ་མ་ཡིན། །  
འདི་ནས་བཟུང་སྟེ་སངས་རྒྱས་མ་ཐོབ་བར། རྒྱང་སེམས་ལས་རུང་ནང་དུ་གནས་  
པ་ཡི། རྟོགས་དང་ཡོན་ཏན་མ་ངེས་སྟེ་ཚོགས་འབྱུང་། དེ་ལ་ཆགས་སྒྲིང་བྱས་ན་  
བདུད་དུ་འཕྱུར། ཆགས་སྒྲིང་མེད་པར་ལྟ་སྟོམ་ལམ་ཁྱེར་ནས། ཁང་གར་རང་  
གྲོལ་བྱུང་རྒྱལ་ཉིད་དུ་སྟོངས། ཁེས་པས། དང་པོ་སྒྲ་མའི་བརྟེན་མི་ཤེས་པའི་སེམས་  
དེ་ལས་གཞན་མེད་ཀྱང་། དེ་མ་ཡིན་པ་ཞིག་གཞན་ན་མངོན་སུམ་མྱོང་བྱ་ཅན་གྱི་  
སྟོམ་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་དུ་ངེས་སྟེ་གསུམ་རུས་བསྟེན་པས། ཅི་ཡང་མ་རྟོན་མ་མཐོང་པ་  
ལ་ཡིད་ཆད་དེ། སྟོམ་སྟེ་སུན་བྱང་པ་ཁེས་སྟེ་གསུམ་ཐོབ་ལྟར་བསྐྱར་ཉེན་ཡོད། མིན་  
ཀྱང་ཡུན་རིང་ཐུན་དུ་བཅད་དེ་བསྟོམས་པས་ཅི་ཡིན་འདི་ཡིན་མེད་པ།  
ས་སྟོས་ཁའི་སྒྲིང་བ་ལྟ་བུ་དྲན་རྒྱ་བསམ་རྒྱ་གང་ཡང་མེད་པ་ཞིག་འོང་། དེ་ཁོ་ན་  
ལྟར་བསྟོམ་ན་བརྒྱལ་འབོག་རྟོན་གསུམ་གྱི་ཐ་སྟད། ཚོགས་དུག་གི་ཡུལ་འགགས་  
ནས་ཁེན་པ་ཕྱ་མོ་གཏིང་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་བྱུང་དུས། ཞིག་ནས་སྟིགས་མ་ཁེས་པལ་  
ཆེར་དུང་འགྲོ་འཕྱི་བ་སོགས་དགུན་ལྷན་གསུམ་ལ་གཉིད་དུ་འགྲོ་བ་གཏི་མུག་ཅན་གྱི་

རྒྱུ་ཡིན། ཡང་ན་བདེ་གསལ་མི་རྟོག་པའི་ཉམས་དུ་མ་པ་རེ་སྟེ་བ་ལ་དེར་འཛིན་གྱི་  
 ཞེན་པ་དམ་བུར་རེ་བ། དེ་ལས་འདའ་མི་བྱ་བུ་ལྟ་བུ་རང་མཐོང་གི་སྟེ་མས་དང་བཅས་  
 པས་ནི་ལེགས་ན་སྟོམས་འཇུག་དགུར་གོལ། ཉེས་ན་དུང་འགོ་པག་སོགས་རྣམ་  
 སྟོན་ཡིད་དུ་མི་འོང་བའི་རྒྱུ་ལས་གོལ་བར་དགའ། ཐོད་རྒྱལ་པའི་ཉམས་འཕེལ་བ་  
 ལྟར་ཡང་། རེས་བདེ་གསལ་མི་རྟོག་དུ་མ་བྱ་དུ་མ་བྱ་རེ་དང་། རེས་སྟོ་བྱར་དུ་ཟས་  
 རོར་དང་བྱད་མེད་ལ་སྟེད་པ། དག་གཉིན་ཆགས་སྟངས་། དོན་མེད་པར་རང་གིས་  
 རང་རམ་གཞན་ལ་ཆོག་པ་ཟ་བ། རེས་སྟོ་ལམ་དང་ཉམས་ལ་ལེགས་ཉེས་ཅི་འོང་  
 ཤེས་པ་རེ་བྱུང་བ་ལ་དགའ་ཞིང་རང་གི་ཡོན་ཏན་དུ་སྟོམ་ནས་ང་རྒྱལ། རེས་འགའ་  
 སེམས་འབྲུགས་ཤིང་བག་མི་ཕེབས། ལ་ལ་ཅེ་གཅིག་རྒྱུང་འབྱིང་རམ། སྟོས་བྲལ་  
 དེ་མཚུངས་དུས། རོ་གཅིག་གམ་སྟོམ་མེད་རྟོགས་པ་འང་ཡོང་། ཅིག་ཅར་པ་དང་  
 ཐོད་རྒྱལ་པ་ཡིན་རུང་སྒྲ་མའི་གདམས་ངག་གིས་ཟེན་པ་གལ་ཆེ།

ཡང་རེས་འགའ་ངའི་ལྟ་སྟོམ་འདི་རྟག་ཆད་དུ་སོང་ཡོད་དམ་སྟུམ་པ་དང་། བྱལ་བ་  
 དོན་མེད་དུ་སོང་གི་དོགས་པ་དང་། བྱིངས་སྟུག་དུ་སོང་བཞི་ཡིན་སྟུམ་པ་དང་། ང་ལ་  
 སྟོམ་མེད་དོ་སྟུམ་པ་སོགས་མ་འབྱུང་བས་དེ་སྟུབས་འདི་ལྟར་རེས་ཤེས་བསྟེད།  
 གསལ་སྟོང་དབྱེར་མེད་དུ་ཤེས་པས་ན་རྟག་ཆད་དུ་མི་འགོ། ཡིན་ལུགས་ཀྱི་ངང་ལ་  
 དན་པས་ཟེན་ན་བྱལ་བར་མི་འགོ། ཞེན་མེད་ཀྱི་དྲངས་ཆ་མ་འགགས་ན་བྱིང་སྟུག་  
 ཏུ་མི་འགོ། མ་ཡངས་ན་སྟོམ་མེད་པར་མི་འགོ་བས་དེ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་དགོས་སོ། །  
 གཞན་ཡང་བར་དུ་གཅོད་པ་བཅུ་དྲུག་ངོས་བཟུང་བ་ནི། ལེ་ལོ་ཆེ་བ། བྱ་བྱེད་མང་  
 བ། སེམས་ལུལ་ལ་ཡེངས་པ། ཡིན་མིན་གྱི་རྟོག་དབྱེད་རགས་པ། རྣམ་རྟོག་གཅིག་  
 ཏུ་དགག་པ། རྩ་བྱིའི་བསམ་པ་མང་པོའི་རྗེས་སྟུ་འབྲུང་བ། སེམས་སྟུགས་པ།  
 སེམས་མི་གནས་ཤིང་རྟོགས་པ་སྟོན་སྟོན་མང་བ། ཡོན་ཏན་བཟང་པོ་ཨི་ཐོབ་ལ་རེ་  
 བ། རང་མ་ལེགས་ཀྱིས་དོགས་པ།

འདོད་ཆགས་ཆེ་བ། བརྩོན་འགྲུས་རྒྱུང་བ། གཉིད་ལ་དགའ་བ། ཁ་ཉོན་དང་ཡི་གེ་  
 གྲོག་པ། དཔེ་སྟུ་མང་པོ་བྱི་བ་ལ་དགའ་བ། དོན་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཡོང་གཏམ་ལ་དགའ་



བ་དེ་རྣམས་བསམ་གཏན་སྒྲིའི་བར་ཆད་ཡིན་ལ། ཟུང་པར་དུ་ཅེ་གཅིག་གི་བར་  
ཆད་ཡིན་པས་སྒྲུང་བ་གལ་ཆེད། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

སྒྲིབ་སྒྲོམ་གྱི་དོ་བོ་སོ་མ་མ་བཅོས་ལྷག་པར་འཛིག་པ་གསུམ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་ཞོར་ས་  
ཤོར་ས་གོལ་ས་གསུམ་ཡོད་པས་དེ་སོ་སོར་བཤད་པ་ལ། དང་པོ་ཞོར་ས་ནི། མེམས་  
གྱི་རང་བཞིན་གསལ་ལ་ {ཉམས་དང་ངེས་ཤེས་རགས་པ་འཛིན་པ་ཅན། མཆན།} སྟོང་ནམ་  
མཁའ་དྲངས་པའི་དགྱིལ་ལྷ་ཤུ་རིག་པ་ཡུལ་མེད་རང་གསལ་སལ་ལེ། སང་ངེ།  
ཡེར་ངེ་བའི་ཤེས་པ་སོ་མ་མ་བཅོས་ལྷག་པ་གསུམ་ཅེ་གཅིག་གི་དུས་སོ། །མེམས་  
གྱི་ངོ་ {ཉམས་གྱི་ངེས་ཤེས་རགས་པའི་སྒྲ་བ། མཆན།} བོ་སྒྲོམ་མཐའ་དང་བྲལ་བ་རང་  
རིག་ཡུལ་མེད་དུ་རྟོག་གོ་བའི་ཤེས་པ་སོ་མ་མ་བཅོས་ལྷག་པ་གསུམ་ནི་སྒྲོམ་བྲལ་  
གྱི་དུས་སོ། །

མེམས་གྱི་མཆན་ {ཉམས་གྱི་ངེས་ཤེས་སྒྲ་བ། མཆན།} ཉིད་དུ་མ་རོ་གཅིག་ཏུ་རྟོགས་ཏེ།  
ཐ་མལ་གྱི་ཤེས་པ་སོ་མ་མ་བཅོས་ལྷག་པ་གསུམ་ནི་རོ་གཅིག་གི་དུས་སོ། །མེམས་  
གྱི་གནས་ {ཉམས་གྱི་ངེས་ཤེས་སྒྲ་བའི་སྒྲ་བ་དང་ཡང་སྒྲ། མཆན།} ལྷགས་ལྷན་གྲུབ་མཉམ་  
པ་ཉིད་གྱི་དོན་རྟོགས་ཏེ། སྒྲ་དང་ཡེ་ཤེས་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཤེས་པ་སོ་མ་མ་བཅོས་  
ལྷག་པ་ཁོར་ཡུག་ཏུ་སོང་བ་ནི་སྒྲོམ་མེད་གྱི་དུས་ཡིན་པས་ས་མཆོམས་མ་ཞོར་བ་  
གལ་ཆེ། ཅེ་གཅིག་གི་ཉམས་གསལ་སྟོང་ནམ་མཁའ་དྲངས་པའི་དགྱིལ་ལྷ་ཤུ་རོ་  
སྒྲམ་པའི་ཉམས་གྱི་འཛིན་ཞེན་བཅས་ཅུང་ཟད་བརྟན་པ་ཐོབ་ཆེ། དེས་འགའ་ད་ནི་  
ཉིན་མཆན་ཁོར་ཡུག་ཏུ་སོང་འདུག་པས་སྒྲོམ་མེད་ཡིན་ནི་སྒྲམ་པ་དང་། སྒྲོམ་བྲལ་  
གྱི་དུས་སུ་སྒྲོམ་མཐའ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་འདི་བསྒྲོམ་བྱ་སྒྲོམ་བྱེད་གྱི་མཆན་  
འཛིན་མེད་པ་ལ་དེར་འཛིན་གྱི་ངེས་ཤེས་སྒྲེ་སྒྲེ་སྒྲོམ་མེད་ཡིན་ནི་སྒྲམ་པ་དང་། རོ་  
གཅིག་གི་དུས་ཐ་མལ་གྱི་ཤེས་པ་སོ་མ་རང་བྱུང་རང་གསལ་འདི་བསྒྲོམ་པས་འཕེལ་  
རྒྱ་མེད། མ་བསྒྲོམས་པས་འགྲིབ་རྒྱ་མི་འདུག་གོ་སྒྲམ་པའི་ངེས་ཤེས་སྒྲེ་སྒྲེ་སྒྲོམ་  
མེད་ཡིན་ནི་སྒྲམ་པ་དང་། སྒྲོམ་མེད་མཆན་ཉིད་པ་རྣམས་ལ་འད་ནོར་ས་ཡོད་དེ།  
ཅེ་གཅིག་ཅུང་དུ་ནས་རགས་ཆོད་གྱི་མགོ་ཟིན་གྱང་། ས་བརྩའི་རྒྱན་མཐའ་མན་



མྱོང་ཞེན་ཉམས་གྱིདྲི་མ་དང་། དེས་ཤེས་ཡུལ་འཛིན་གྱིདྲི་མ་དག་ནས་རང་མཆོན་  
 མ་གྲུབ་པ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་ནི་རྟོགས་པ་འོ། །  
 ཡང་ཤེས་བྱ་ཤེས་བྱེད་ཀྱིས་གོ་བ་ནི་གོ་བ། ཤེས་བྱ་ཤེས་བྱེད་ཀྱིས་མངོན་སུམ་དུ་  
 ཉམས་སུ་མྱོང་བ་ནི་མྱོང་བ། མྱོང་ཞེན་དག་ནས་ཤེས་བྱེད་དང་ཤེས་བྱའི་དངོས་པོར་  
 ཤར་བ་ནི་རྟོགས་པ་འོ། །ཡང་ཤེས་བྱ་ཤེས་བྱེད་གཉིས་མེད་དུ་གོ་བ་ནི་གོ་བ།  
 གཉིས་མེད་མངོན་སུམ་དུ་མྱོང་བ་ནི་མྱོང་བ། མྱོང་ཞེན་དག་ནས་གཉིས་མེད་རང་  
 ཀྱང་དུ་སོང་བ་ནི་རྟོགས་པ་འོ། །འདི་རྣམས་ལ་ནོར་ས་ཆེན་པོ་ཡོད། དེ་མི་ནོར་བའི་  
 རྟགས་ལ། གོ་བ་ཡིན་པའི་རྟགས་སུ་ཉམས་ལེན་གཏན་ལ་དབབ་དགལ། རྒྱུ་མི་  
 སུབ། མྱོང་བ་ཡིན་པའི་རྟགས་སུ་ཉམས་ལེན་ལ་འཕེལ་འགྲིབ་ཡོད། རྟོགས་པ་ཡིན་  
 པའི་རྟགས་སུ་འཕེལ་འགྲིབ་མེད་པ་འོ། །ཐོད་ཀྱལ་པའི་རྟོགས་པ་ལ་ཕྱོགས་གཅིག་  
 དེས་པ་མེད་པ་གོང་སྒྲིམ་ལྟར་རོ། །འདྲ་ནོར་དེ་རྣམས་རང་གི་ཤེས་རབ་དང་། དེ་  
 དག་མ་ནོར་བའི་སྒྲ་མ་ཉམས་མྱོང་གི་སྒྲུན་དང་ལྟན་པའི་ཞལ་ལས་ཤེས་དགོས་སོ། །  
 ཉམས་མྱོང་མེད་པ་གོ་བ་ཅུམ་ཡོད་པའི་སྒྲ་མས་དེ་སྒྲུད་ཉེས་ཀྱིས་ནོར་བའང་ཡོད།  
 རྟོགས་པ་རྒྱད་ལ་སྒྲེམ་གྲུང་དོ་མ་སྒྲུད་ན་ཉམས་གྱི་ཐོག་དུ་ལུས་ཉེན་གྲུང་ཡོད། དེ་  
 སྒྲུད་སྒྲ་བས་གོ་ཡུལ་དུ་འགོ་བ་ཐོགས་སྒྲ་སྒྲོབ་འཛོལ་ནས་ནོར་བའང་ཡོད། རང་གི་  
 ཤེས་རབ་འཆལ་ནས་ནོར་བའང་ཡོད། གང་ལྟར་ལྟ་སྒྲོམ་སྒྲོད་གསུམ་ཀྱན་ལ་ནོར་  
 ས་ཆེན་པོ་ཡོད་པས་མ་ནོར་བ་ཞིག་དགོས་སོ། །གཉིས་པ་ཤོར་ས་ནི། མྱོང་ཉིད་  
 ཤེས་བྱའི་གཤིས་ལ་ཤོར་བ་དང་། ལམ་དུ་ཤོར་བ། གཉེན་པོར་ཤོར་བ། རྒྱས་  
 འདེབས་སུ་ཤོར་བ་དང་བཞིའོ། །དེ་རེ་རེ་ལའང་ཡེ་ཤོར་འབྲལ་ཤོར་གཉིས་རེ་སྟེ་  
 བརྒྱད་དོ། །དེའང་ཡེ་ཤོར་བཞི་ནི་དོན་སྒྲིལ་ནོར་བ། འབྲལ་ཤོར་བཞི་ནི་ཉམས་མྱོང་  
 གི་ལག་ལེན་འབྲལ་བའོ། །  
 དང་པོ་ཡེ་ཤོར་བཞིའི་གཤིས་ཤོར་ནི། རྣམ་ཀྱན་མཆོག་ལྟན་གྱི་སྒྲོང་ཉིད་སྒྲེ་འགག་  
 གནས་གསུམ་གྱི་མཐའ་དང་བྲལ་བའི་དོན་མ་གོ་བར། རྒྱུ་ནང་གི་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
 གདོད་ནས་ཡོད་མ་མྱོང་སྒྲུམ་པའི་སྒྲོང་པ་ཕྱོགས་གཅིག་པ་ལ་ཞེན་པ་འོ། །ལམ་ཤོར་



ནི་ད་ལྟ་ལམ་ཉིང་འཛིན་བསྐྱོམ་པའི་དུས་ནས་སྐྱུ་གསུམ་ལམ་སྤང་རྒྱ་འབྲས་དབྱེར་  
མེད་ཡིན་པའི་དོན་མ་གོ། ཅམ་ཞིག་འབྲས་བུ་སྐྱུ་གསུམ་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་རེ་བའོ། །གཉིན་  
པོར་ཤོར་བ་ནི་དཔེར་ན་སྤང་སྤང་རང་གྲོལ་གྱི་ལམ་ཁྱེར་མ་ཤེས་པས། རྟོག་པའི་  
གཉིན་པོར་མི་རྟོག་པ་བསྐྱོམ་པའི་གཉིས་འཛིན་ནོ། །རྒྱས་འདེབས་སུ་ཤོར་བ་ནི་  
དཔེར་ན་བསྐྱོ་བའམ། སྐྱུན་པ་ལ་སོགས་པའི་དུས་ཐབས་ཤེས་དབྱེར་མེད་ཀྱི་དོན་  
མ་གོ་བར། དམིགས་བཅས་ཐབས་ཀྱི་ཆ་དམིགས་མེད་སྤྲོང་བ་ཤེས་རབ་ཀྱི་རྒྱས་  
འདེབས་པའོ། །

གཉིས་པ་འབྲལ་ཤོར་བཞིན་གཤིས་ཤོར་ནི། ཅམ་ཀྱུན་མཆོག་ལྟན་སྤྲོང་ཉིད་རང་  
གི་སྒོ་ལྷལ་དུ་གོ་ཞིང་། གཞན་ལའང་བཤད་ཤེས་རུང་དོན་རི་བཞིན་གནད་དུ་དབབ་  
མ་ཤེས་པའོ། །ལམ་ཤོར་ནི་རྟོག་པ་ཐ་མལ་གྱི་ཤེས་པ་སོ་མ་དེས་སྤྲིང་མ་ཆོམ་པར།  
ཐུག་ཆེན་པས་གཉུག་མ་ལྟན་སྐྱེས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཉེ་དྲག་པས་ངོ་མ་ཤེས་སྤྲུག་པས་  
ཡིད་མ་ཆོམ་གསུངས་བ་ལྟར་སྐྱོམ་གྱི་ལྟན་པ་ཡང་ཡང་བཏབ་ཅིང་བསྐྱོམ་པའོ། །  
གཉིན་པོར་ཤོར་བ་ནི། རང་བྱུང་རང་ཤར་རང་གྲོལ་གྱི་གནད་མ་གོ། ཅམ་རྟོག་  
འཇུར་དུན་གྱིས་བཅིངས་ནས་བསྐྱོམ་པའོ། །རྒྱས་འདེབས་སུ་ཤོར་བའི་གོ་སྤྲོད་གི་  
ཉམས་དང་རྟོགས་པ་རེ་འགའ་བས་ང་རྒྱལ་ཏེ། ཆོས་ཐམས་ཅད་སེམས་ཡིན་ནོ། །  
སྤྲོང་བ་ཡིན་ནོ། །ཟུང་འཇུག་ཡིན་ནོ། །ཆོས་སྐྱུ་ཡིན་ནོ། །དགེ་སྤྲིག་མེད་དོ། །སྐྱམས་  
ཏེ་སྐྱོས་པར་ལ་རྒྱས་འདེབས་ཤིང་བསྐྱོམ་པའོ། །འདི་དག་གོ་ལོ་ཐོས་ལོ་ཙམ་གྱིས་  
རང་མགོ་མི་གཡོག་པར་མཆོན་ལྟན་སྤྲུ་མའི་གདམས་པ་ཟབ་མོ་དང་། རང་གིས་  
དད་བརྟེན་མོས་གསུམ་གྱི་ཉེར་ལེན་འཛིན་པར་བྱས་ནས་ཤན་འབྱེད་པ་གལ་ཆེའོ། །  
གསུམ་པ་གོལ་ས་ལ་གསུམ། བདེ་གསལ་མི་རྟོག་གསུམ་གོལ་ས་དང་གོལ་ས་མ་  
ཡིན་པའི་དབྱེ་བ་ནི། ཞི་གནས་ཀྱི་དང་། ཉམས་ཀྱི་དང་། རྟོགས་པའི་དང་། ཞེན་  
བཅས་ཀྱི་དང་། ཞེན་མེད་ཀྱི་བདེ་གསལ་མི་རྟོག་པའོ། །

དེ་ལའང་རྟོགས་པའི་དང་། ཞེན་མེད་ཀྱི་བདེ་གསལ་མི་རྟོག་ནི་སྐྱུ་གསུམ་མངོན་དུ་  
བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞི་གནས་དང་། ཉམས་དང་། ཞེན་བཅས་རྣམས་སུ་གོལ་ན་

སྒྲོམས་འཇུག་དགུ་སྟེ། དེའང་བསམ་གཏན་བཞི་དང་། སྒྲེ་མཆོད་མུ་བཞིའི་སྒྲོམས་འཇུག་གི་སྟེང་དུ་འགོག་པའི་སྒྲོམས་འཇུག་བསྟན་པས་དགུའོ། །ཞི་གནས་བདེ་གསལ་མི་རྟོག་ལ་ཞེན་ན་བསམ་གཏན་བདེ་བའི་རོ་མྱོང་ཞེས་ང་རྒྱལ་མཆོག་འཛིན་གྱི་ངང་དུ་རྟོགས་པ་དེ་ལས་ལྷང་མི་བྱ་བ་ལྟ་བུ་དེ་ནི་འདི་ལས་སུ་ལ་ཡང་དྲི་རྒྱ་མེད་འཕགས་པའི་ས་ཐོབ་པ་ཡིན་སྟམ་པ་འབྱུང་ངོ་། །

ཉམས་ཀྱི་གསུམ་ནི་ངེས་ཤེས་ཀྱི་ཞེན་པ་ཆེན་ཡོད་པའི་ངས་འགའ་བའོ། །ཡང་བྱིང་ཆོད་ལ་སོགས་པ་གསུམ་ཆོན་བཞི་སྟེ། བྱིངས་རྒྱལ་འཐིབ་གསུམ། ཆོད་འཐོར་འགྱོད་གསུམ། ཆགས་ཞེན་འཛིན་གསུམ། འོག་འགྲུ་རང་ཁ་ལུང་མ་བསྟན་དང་གསུམ་མོ། །དང་པོ་བྱིང་བ་ནི་ཁམས་སྟོག་གི་བས་ཤེས་པ་དྲངས་མ་ཐོན་པ། རྒྱལ་པ་ནི་དེ་བས་ཤེས་པའི་གསལ་ཆ་ཇི་འགྲིབ་དུ་སོང་བ། འཐིབས་པ་ནི་སྤང་ཡུལ་དང་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་སྟན་ནེར་སོང་བའོ། །དེ་ལའང་གནས། ཏུས། རྟོགས། ཟས། འདུག་སྤངས། སྒྲོམ་གྱིས་བྱིང་བ་དང་དུག་ཡོད། གནས་ནི་ཡུལ་དཔོན་ཉམས་གྲིབ་ཅན་གྱི་རྒྱུན་གྱིས་བྱིངས་ན་ཁྱུས་དང་གྲིབ་བསང་བ། གྲིབ་ཅན་གྱི་གནས་ལ་འཛོམ། ཏུས་ནི་དབྱར་དང་དབྱིད་འབྱུང་ཁམས་ཀྱི་བྱིངས་ན་མཐོ་ས་དང་བསེལ་སར་བསྒྲོམ། རྟོགས་ཉམས་གྲིབ་ཅན་གྱི་རྒྱུན་གྱིས་བྱིངས་ན་སྟེ་བཙུགས་རྣམ་འཛོམས་སོགས་ཀྱི་ཁྱུས་དང་། ཅུ་གསུམ་གྱི་སྒྲོང་བཤགས་དང་མེ་མཆོད་བྱ། ཟས་གྱིས་འགྲངས་ཆེ་བ་དང་། བརྟན་ཅན་གྱི་བཟའ་བཏུང་གིས་བྱིངས་པ་ལ་ཟས་རན་ཆོད་ཅམ་ལས་བག་མེད་དུ་མི་བྱ། བརྟན་ཅན་ཡང་མང་པོ་བཟའ་བཏུང་མི་བྱ། འདུག་སྤངས་གྱིས་བྱིངས་པ་ནི་ཉལ་བ་དང་། སྤངས་པ་དང་། ལུས་གནད་ལྟོད་ཆེ་བའི་རྒྱུན་ཡིན་པས་ལྟ་སྤངས་བསྟོད། རྣམ་སྤང་གི་ཆོས་བདུན་སོགས་བྱས་ལ་བསྒྲོམ་མོ། །

སྒྲོམ་གྱིས་བྱིངས་པ་ནི་དྲན་པས་བཟུང་ཆེ་བའི་རྒྱལ་རུས་ཀྱི་རྒྱུན་ཡིན་པས་ཤེས་པ་རྩར་བཏོན། སྤང་བ་གཟིངས་བསྟོད་པ་སོགས་ཁམས་བསངས་ཤིང་བསྒྲོམ་པ་གལ་ཆེའོ། །གཉིས་པ་ཆོད་འཐོར་འགྱོད་གསུམ་སྟེ། ཆོད་པ་ནི། སྤར་སོང་གི་བྱ་བ་སྒྲ་ཆོགས་དྲན་ནས་ཆགས་སྤང་གི་རྟོག་པ་རགས་པ་སྤར་མའི་རྗེས་གཙོད། བྱི་མའི་མདུན་བསྟ།

བདེ་སྐྱེག་གི་ཆོར་བས་སྤྲིང་མི་བདེ་བ་ལྟ་བུའོ། །འཐོར་བ་ནི། རྟོག་པ་སྣ་མའི་འགྲོ་  
མཐུད་དེ་མ་འོངས་པ་ཆོ་འདི་སྤང་གི་བྱ་བ་འདི་བྱ་འདི་བྱེད་སོགས་རེ་བའམ་དོགས་  
པའི་ཉེར་ལེན་སྤྲུགས་ཆེ་བའོ། །འགྲོད་པ་ནི། ད་འབྲུལ་མི་ཉན་སྒྲམ་སྟེ་འགྲོད་ནས་  
འཇུར་བྱན་བྱས་ན་སྤར་ཡང་རེ་རྟོག་དུ་འགྲོ་བའོ། །

གནས་གྱི་ཁྱད་པར་ཡང་ཡོད་པས་འདུག་སའི་མཐོང་མན་སོགས་སྤང་སྤང་བྱ། གསུམ་  
པ་ཆགས་ཞེན་འཛིན་གསུམ་གྱི། ཆགས་པ་ནི། ཉིང་དེ་འཛིན་བདེ་གསལ་ལ་ལ་ཆགས་  
པའོ། ཞེན་པ་ནི། སྤྱི་ཅི་དང་སྟོག་སྟུའི་དྲི་སྟོད་ལ་ཆགས་པའི་དཔེས་ཉིང་དེ་འཛིན་  
གྱི་རོ་ལ་ཆགས་པའོ། །འཛིན་པ་ནི། ལམ་གོང་མའི་ཡོན་ཏན་མ་གཤམ་པས་རང་ལ་  
ཡོན་ཏན་ཐུ་མོ་རེ་ཡོད་པ་ལ་མཆོག་ཏུ་འཛིན་པའོ། །དེ་གསུམ་ཀ་ཕྱེགས་མཐུན་ཏེ་  
སྤྲུ་མའི་ཁྱད་པར་གྱིས་ཞེན་པ་དང་། རང་གི་གཤམ་རབ་གྱིས་མ་འབྲེད་པས་ཞེན་པ་  
ཡོད་གསུངས། དང་པོའི་རྟོག་གིས་ཞེན་ན་མཁས་པའམ་ཉམས་སྦྱང་ཅན་བཅའ་ཉེ་  
བཟེན་པར་བྱའོ། །གཉིས་པས་ཞེན་ན་རང་སྟོན་ངོས་འཛིན་ཅིང་གོང་མའི་རྣམ་ཐར་  
སོགས་ལ་བལྟའོ། །བཞི་པ་འོག་འགྲུ་རང་ཁ་ལུང་མ་བསྟན་གསུམ་གྱི། འོག་འགྲུ་ནི།  
ལུབ་མའི་ཞབས་སུ་རྒྱ་འགྲོ་བ་མ་མཐོང་བ་ལྟར་རང་མཉམ་བཞག་ཡིན་སྟོ་སྒྲམ་ཡང་  
རྟོག་པ་འོག་འགྲུ་རུ་སོང་བ་མ་ཆོར་བའོ། །

རང་ཁ་ནི། ཐ་མལ་པ་ལྟ་བུར་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྟོད་པ་བྱན་གཤམ་གྱིས་མ་  
ཟིན་པར་བག་མེད་རང་ཁ་མར་སོང་བའོ། །ལུང་མ་བསྟན་ནི། བཟང་ངན་གྱི་རྟོག་  
པ་གང་ཡང་མེད་པའི་ཐོམ་ཡོར་རེ་སོང་བའོ། །དེ་གསུམ་གང་ལའང་ཐུན་ཐུང་རུར་  
བཅད། དྲན་པས་བསྐྱངས་ཏེ་བསྟོམ་པའོ། །སྟོན་དེ་རྣམས་སྤང་བ་ལ་ལུས་སེམས་  
བཅའ་བ་གལ་ཆེ་གསུངས། ལུས་གྱིས་འགྲོ་འདུག་དང་། མཆོངས་རྒྱུག་དང་། ལས་  
ཀ་དྲག་པོ་ལ་སོགས་པས་ལུས་ངག་ཞིང་རུབ་པ་བྱིངས་རྒྱུག་གི་རྒྱ་ཡིན་པས་དྲག་ལུལ་  
གྱི་ལས་མི་བྱ། ལྟ་མོ་ལྟ་འདོད་དང་ངག་ཀྱལ་གྱི་གཏམ་སོགས་རྣམ་པར་གཡེང་བ་  
ལ་དགའ་བ་སོགས་ཆོ་འདིའི་བྱ་བ་གང་ཡིན་གྱི་ཕྱི་ནང་གི་གཡེང་བ་ཐམས་ཅད་ནི་  
རྟོག་འཐོར་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པས་སྤངས། ལུས་གྱི་འབྱུང་བ་མི་སྟོམས་ན་སོ་སོའི་བཅོས་



ཐབས་བྱ། སེམས་ཀྱི་བཅའ་ཐབས་དྲུག་ནི། གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་དམ་ཚིག་སྤྱི་དང་།  
 ཟུང་བར་སྒྲ་མའི་སྒྲ་གསུང་སྤྲུགས་ཀྱི་དམ་ཚིག་མ་ཉམས་པར་བསྐྱུང་བ་དང་གཅིག  
 ལས་དང་པོ་པས་རང་གི་ཉམས་ལེན་ལ་རེ་དོགས་རྟོག་དཔྱད་མི་བྱ་བར་སྒྲ་མའི་དྲུང་  
 ཏུ་སྤྲུགས་པ་ཅན་པ་དང་གཉིས། ཐུན་ཚོད་རན་པར་བྱ་བ་དང་གསུམ། གཉིས་འཛིན་  
 ཅན་ནས་མ་ཚོད་ཀྱི་བར་དུ་གཡེང་བ་སྤངས་ནས་དབེན་པ་བརྟེན་ཅིང་དག་སྦྱོར་ལ་  
 བརྟེན་པ་དང་བཞི། ཡོན་ཏན་ཆེན་པོ་ཐོབ་ཀྱང་རྒྱལ་སྤངས་ཤིང་དམན་ས་འཛིན་  
 པ་དང་ལྔ། སྒྲ་མས་གནང་བའི་མན་ངག་དང་། རང་ལ་ཉམས་རྟོགས་བཟང་པོ་ཡོད་  
 པ་རྣམས་ཤིན་ཏུ་གསང་བ་དང་དྲུག་གི་སྟོན་ནས་བཅའ་བར་བྱའོ། །དེ་དྲུག་ལས་ཐོག་  
 བ་གནས་སྤྲུགས་སུ་དག་སྦྱོར་གྱི་བར་ཆད་སྟོ་བྱུང་དུ་འོང་བ་སོགས་སྟོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་  
 བས་སྤང་སྤང་ཤེས་པས་ཉམས་སུ་ལེན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ཉམས་སུ་སྤངས་པས་ཉིང་རེ་འཛིན་མ་སྟེས་པ་སྟེ། སྟེས་པ་གོང་ནས་གོང་དུ་  
 འཕེལ་ཁིང་མཐར་ཐུན་པར་འབྱུང་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ཅིག་  
 དེལ་དུ་བསྟོམ་པ་རྣམས་ལ་འབྱུང་བ་ལྡེ་རྒྱུང་རེ་རེ་ཟེན་པའི་རྟགས་བཞི་བཞི། སྤང་  
 ཉམས། སེམས་ཉམས། ལུས་ཉམས། མི་ཉམས་སོགས་སྟོ་ཚོགས་འབྱུང་ཡང་།  
 གང་ལའང་ཞེན་ཅིང་ཡོན་ཏན་དུ་མི་རྣོམ། ཞེན་ཅིང་རྣོམས་ན་མཐུན་སྦྱེན་ཐམས་  
 ཅན་འགལ་སྦྱེན། ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅན་སྦྱོན་དུ་སོང་ནས། མཚོག་སྦྱེན་མོང་གི་དངོས་  
 གྲུབ་ཀྱང་ཡིན་རྣོམ་བཟང་ཞེན་གྱི་གོགས་དང་བར་ཆད་དུ་འགོ་བར་གསུངས་པས།  
 ལམ་དུ་ཁྱེར་ཚུལ་ནི། བཟང་ངན་གང་གང་ཐམས་ཅན་ཉམས་ཡིན་པར་ཤེས་པས་  
 རོས་བཟུང་། གང་ཡང་རྩིས་མེད་བདག་མེད་དུ་བཞག་ནས་ལམ་དུ་ཁྱེར་ཁིང་སྦྱོང་  
 ཤེས་ན་གོང་གི་སྦྱོན་ལས་ཐོག་སྟེ། མཚོག་སྦྱེན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་རྩིས་མེད་དུ་  
 འབྱུང་བར་ཐེ་ཚོམ་མེད་དོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་ཉམས་རྟོགས་ཀྱང་འགའ་ཞིག་ལ་འོག་མ་རྣམས་ལས་གོང་མ་རྣམས་ལ་  
 མི་འོང་། འགའ་ཞིག་ལ་འོག་མ་རྣམས་ལ་མི་འོང་ཡང་གོང་མ་རྣམས་ལ་འབྱུང་། དེ་  
 ལྟར་འོག་མའི་དུས་བྱ་མོ་འབྱུང་ཁིང་གོང་མ་རྣམས་ལ་རེ་ཆེར་འགོ་བ་སོགས་ཉམས་



གཅིག་རྒྱ་མི་ངེས་པ་འབྱུང་ངོ་། འདྲ་དག་པ་ལ་ཆེར་འཕེལ་འགྲིབ་ཉམས་ཀྱི་རྟགས་  
དང་། བར་ཆད་བདུད་རྟགས་འདྲེས་མར་འབྱུང་བ་ཡིན་པས་སྒྲ་མའི་མན་ངག་ལྟར་  
ལམ་ཁྱེར་གྱིན་རྟགས་ཆེད། །

ལམ་རིམ་བཞེན་པར་ཉམས་སྒྲ་བྲངས་གིང་ཞིག་ནས་དྲངས་མར་གོམས་པའི་ཉམས་  
རྒྱ་མཚོ་རྒྱུད་གིས་མ་བསྐྱོད་པ་ལྟ་བུའམ། ཐུན་མོང་ཞི་ལྷག་བཟང་པོ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་བའི་  
ཏིང་ངེ་འཛིན་བསྐྱོམ་པ་དག་ལ་ས་མཚམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནི། རྟེན་པ། བཀའ་སྟེ།  
གྲགས་པ། སྟན་པ་བཞི་ལ་སྒྲར་བས་ཀྱང་དགའ་ཞིང་ཆགས་ཏེ་དོན་དུ་གཉེར་བ་  
དང་དེའི་ལྷག་ལྷོགས་བཞི་ལ་མི་དགའ་ཞིང་སྒྲར་སྟོ་ལྟ་བུ་སྦྱེ་ཡང་སྦྱོན་མིན་ཏེ་སྒྲར་  
བྱེད་སྒྲ་ཟེན་པ་ཡིན་ལ། འཇིག་རྟེན་ཆོས་བརྒྱུད་པོ་འདི་དང་པོ་ནས་རོ་སྟོམས་དགའ་  
བས་སྦྱོན་ངོས་ཟེན་ནས་རེམ་གྱིས་བྱི་ཞིང་སྒྲར་དང་མི་འདྲ་བའི་སྒྲར་སྒྲར་རེ་དོགས་  
དགའ་སྟུག་གི་རྟོག་པ་རེ་ཉུང་དུ་སོང་ནས། གཞན་ཆོས་བརྒྱུད་དོན་གཉེར་ཆེ་བ་  
མཐོང་ཐོས་རྣམས་ལ་སྟིང་རྗེ་ཤུགས་ཀྱིས་སྦྱེ་ཞིང་། སྒྲ་མ་དང་གདམས་ངག་གི་ལྷོགས་  
སྒྲ་ལས་ལྷོག་ཡངས་པ་མེད་ཅིང་། ཆོས་དང་སྒྲ་མ་འདི་ལྟ་བུར་འབྱུང་བའི་སྐལ་པ་  
བཟང་པོའི་གནས་སྐབས་འདི་མི་ལམ་ཡིན་ནམ་དངོས་སྒྲ་ཡིན་སྟམ་པ་སོགས། སྦྱོ་  
སེམས་དང་ལྟན་པས་བརྩོན་འགྲུས་གོང་འཕེལ་དང་། སྒྲ་མ་སངས་རྒྱས་དངོས་སྒྲ་  
ཤེས་པས་མི་ལྷོག་པའི་དད་པ་ཐོབ།

ཡོན་ཏན་དང་བཀའ་དྲིན་དྲན་པས་ཞབས་རྟོག་རྣམ་པ་གསུམ་གོང་འཕེལ་དང་།  
ཉམས་སྒྲར་དང་རྟེན་བཟང་ངན་ཐམས་ཅད་ལམ་དུ་ཁྱེར་གྱིན་གིང་། རལ་ཆེར་  
ལམ་དུ་སྟོང་ནས་རོ་སྟོམ་རྣམས་པ། སྦྱིར་འདུས་བྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པ་མི་  
ལམ་ལྟར་ཡིན་པའི་དོན་ཁོང་དུ་རྒྱུད། རང་ཡང་ནམ་འཁོར་ཆ་མེད་ན་ཐུན་ལས་ཡུན་  
ཐུང་བའི་མི་རྟག་པ་གཏིང་ནས་སྦྱེ་ཞིང་སྟོ་སྟོ་རེ་ཐུང་དུ་སོང་ནས་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་  
ཡིད་རྗེ་ཆེས་སོང་བས་སྒྲར་སྒྲར་གི་གནས་ལ་གི་ཡང་འགྲོད་པ་མེད་པའི་གདིང་ཐོབ།  
གཞན་རྒྱ་བདེ་སྟུག་གི་འདམ་ཁ་ནོར་ཞིང་། རྒྱ་འབྲས་སྒྲར་སྒྲར་མི་ཤེས་པའི་སེམས་  
ཅན་མཐོང་ཐོས་གང་ལ་དགྲ་གཉེན་ཆགས་སྒྲར་མེད་པའི་བྱམས་སྟིང་རྗེ་རྒྱན་ཆགས་



སྤྱུ་འབྱུང་བ་དང་། དངོས་སྤྱུ་ལུས་ཡང་བ། སེམས་བདེ་སྤྱུག་གོང་ས་ཆེ་བ། ཤིག་  
སོགས་ལུས་ཀྱི་སྤྱིན་སྤྱུ་ཏུང་བ། ཆགས་སྤང་ཆེ་བའི་གོང་ཡུལ་དག་ལྟར་མཐོང་ཞིང་  
གནས་ཐྱོགས་མེད་འགྲིམ་པ་ལ་དགའ་བའམ། ཡང་ན་ཆགས་སྤང་སོགས་མི་མཐུན་  
བའི་གནས་སྤྱུ་སྤྱོད་ན་འདར་བཟེ་རེ་མེད་པ། སྤང་བ་སྤྱུ་མ་མི་ལམ་ཅུ་བྱ་ལྟ་བུ་དུ་ཤེས་  
ཤིང་འཛིག་རྟེན་ཆོས་བརྒྱད་ལས་ལྟོག་པ་ནི་ལྟ་ཐྱོགས་སྤྱུ་སྤྱོད་པ་མ་གོར་བའི་ལམ་  
རྟགས་ཡིན། དེ་དུས་རང་རྒྱུད་ཐ་མལ་བའི་ལྟ་སྤྱོད་ཀྱི་སྤང་བྱུང་རེ་དོགས་རྣམས་ལས་  
གོལ་ཡང་། རང་མཐོང་གི་རྩེད་སྤྱོད་སོགས་ལ་མ་གོར་བ་གལ་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། །

འདི་སྐབས་དག་སྤང་ཐྱོགས་མེད་དུ་ཤར་ནས་སྤྱོན་ཐོན་གོང་མའི་རྣམ་ཐར་དང་།  
གཞན་ཡོན་ཏན་ཅན་རྣམས་ཀྱི་མཛད་པ་ལ་སྤྱིང་ནས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ཞིང་རང་དོས་  
ནས་དམན་ས་རང་ཤུགས་ཀྱིས་འཛིན་ཞིང་གང་སྤང་ལམ་དུ་ཁྱེར་ཤེས་ཀྱང་། ཡང་  
ནས་ཡང་དུ་དེ་ལྟར་ལམ་ཁྱེར་ལ་འབད་དགོས། མདོར་ན་སྤང་བ་ཀྱི་རང་གཤིས་ཀྱི་  
སྤྱོན་ཐམས་ཅད་རིམ་གྱིས་དག་ནས། ཡོན་ཏན་གོང་འཕེལ་བྱ་བྱེད་ཐམས་ཅད་བྱ་  
མ་དང་གདམས་ངག་དྲན་རྒྱ་ཁོན་ལས་མེད་པ་ཞིག་འབྱུང་དུས། ཉམས་དང་རྟོགས་  
བའི་ས་མཆོམས་ཀྱང་མཉམ་བཞག་རང་ལ་གནས་ཆེ་ཉམས་སམ་རྟོགས་པ་འདྲེས་  
མ་སྤྱོ་རྟོགས་འབྱུང་ཡང་དེས་པ་མེད། དོན་མཉམ་རྗེས་གང་གི་དུས་སྤྱུང་བཟང་  
རྟོག་ལ་མི་ཆགས་ངན་རྟོགས་ལ་མི་སྤང་། ལུང་མ་བསྟན་གཏི་མུག་དང་བྲལ་བ་ཞིག་  
འོང་ཡང་གོང་སྤྱོ་སྤྱོ་སྤྱོ་སེམས་དང་དགའ་བྱོད་ཀྱི་དབང་དུ་མི་གོར་བ་གལ་  
ཆེ་ལོ། །

ཡང་དེ་ལས་ལྟོག་པ་འདི་སྤྱོན་དོས་བཟུང་བ་ནི། བྱ་མ་མང་པོ་བརྟེན་ཞིང་མདོ་རྒྱུད་ཀྱི་  
གཞུང་མང་དུ་ཐོས་ཀྱང་རང་རྒྱུད་ལ་མེད་བཞིན་གོ་བ་ཅམ་ལ་སྤྱེམས་ནས། གཞན་  
ལ་བཤད་ཤེས་པའི་མཁས་སྤྱོམ་དང་། རི་བྱོད་འགྲིམས་པ་སོགས་དགའ་སྤྱད་དང་  
སྤྱབ་ལུས་འདྲན་ཅིང་། བསྐྱབ་བྱ་སྤྱབ་བྱེད་ཀྱི་བར་ནས་འཛོལ་བཞིན། རྟོགས་ལྟན་  
དུ་སྤྱོམ་པ་དག་གིས་རང་རྒྱུད་ལ་ཡང་ཡང་བརྟགས་དབྱེད་མ་བྱས་ན་ལམ་ནོར་གོལ་  
གོར་ས་སོགས་བཟང་སྤྱོམ་བདུད་དུ་ཆེ་བ་དང་། ཏ་ཅང་སྤྱིད་ལུག་སྤྱེ་ལམ་ལ་རེ་

ཐག་ཆད་པའི་མཐའ་གཉིས་ལ་མ་ལུང་བར་སྒྲིན་ཡོན་སོ་སོར་ཤེས་དགོས་པ་ནི་  
 ཆོས་པའི་སྒྲིན་ལོར་བྱུང་བར་ལུགས་འདིའི་སྒྲིང་ནོར་དམ་པར་འཛིན་དགོས་པས་  
 གནད་གལ་པོ་ཆེ་ལགས་སོ། །གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་ཉམས་རྟོགས་ཀྱི་སྒྲིན་ཡོན་རྒྱས་  
 པར་དབྱེ་བསལ་རྣལ་འབྱོར་བཞི་རིམ་ལྟར་གང་ཟག་རིམ་གྱིས་པའི་ཞར་ལ་གཉིས་  
 བོའང་ཚང་བའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཁྲིད་ལ་བཞི། གནས་པ་རྩེ་གཅིག་མི་གཡོ་སྒྲིན་  
 བྲལ། མཉམ་ཉིད་རོ་གཅིག་ ལྷན་གྲུབ་སྒྲོམ་མེད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་རོ། །དང་པོ་ལ་  
 གཉིས། རྩེ་གཅིག་དང་། རྩེ་གཅིག་གི་རྣལ་འབྱོར་རོ། །དང་པོ་གནས་པ་ལ་གསུམ།  
 དེའང་གོང་དུ་བཤད་པའི་སྤྱི་ནང་གསང་གསུམ་གྱི་སྒྲོན་འགྲེའི་ཆོས་རྣམས་ལེགས་  
 པར་སྤྱངས་ནས། དངོས་གཞི་ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་བསམ་གཏུན་གྱི་སྒྲོན་ལམ་དང་  
 ལྷན་པས་སེམས་མ་བཅོས་རང་བབས་སུ་བཞག་ནས་བསྒྲོམ་ཆེ་རྣམ་རྟོག་སྤར་བས་  
 གྲང་འཕྲུབས་ནས་འོང་། དེ་གནས་པ་དང་པོ་གཡོ་བའི་ཉམས་རི་གཟར་གྱི་འབབ་  
 རྒྱུ་ལྟ་བུ་ཞེས། རྣམ་རྟོག་འཕྲུབས་པ་ལ་སྤར་སེམས་ཀྱིས་བདག་ལ་སྒྲོམ་གྱི་སྐལ་པ་  
 མི་འདུག་སྐལ་པའི་སྒྲིད་ལུག་ཐེ་ཆོས་འོང་སྟེ། སྤར་ཐ་མལ་པའི་རྟོག་པ་ཁ་ཡན་དུ་  
 ཤོར་བས་ངོ་མ་ཤེས་པ་ཡིན། ད་སེམས་ཅུང་ཟད་ཟེན་ནས་སྒྲོམ་བཟང་པོ་སྒྲུབ་པའི་སྤར་  
 ལྷན་ཡིན་པས་ཡིད་ཆད་དང་ཐེ་ཆོས་མེད་པར་སྤྲ་མ་ལ་ཅི་མཛད་ཁྱེད་ཤེས་ཀྱི་  
 གསོལ་བ་ཡང་ཡང་འདེབས་ཤིང་ཐུན་ཐུང་ལ་གྲངས་མང་བ་སྤྲག་རུས་འཇུར་བྱན་  
 གྱིས་མི་བཅིང་བར་གྱིམ་ལྟོད་རན་པས་ཉམས་སུ་ལེན། རྣམ་རྟོག་དགག་ཆེན་སྒྲིང་  
 རྒྱང་ལྷང་བ་སོགས་སྒྲོམ་སྤྲ་སྤྲུལ་ལྟར་འགོ་བས་ཉ་ཅང་མི་དགག་མི་བསྐྱབ། བཅོན་  
 དུ་མི་བཟུང་། ལུང་མ་བསྟན་དུ་མི་ཤོར་བར་གང་གར་བདག་མེད་རྒྱ་ཡན་དུ་ལྟོད་  
 ཀྱིས་གྲོད་ལ་བབ་ཀྱིས་རྒྱངས་འཆོ་བྱེད་དགོས། དེ་ལ་རང་བཟོ་སོ་ཆོད་མིན་པར་སྤྲ་  
 མའི་ཞལ་ཤེས་ལྟར་ཐབས་སྤྲ་ཆོགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་སེམས་གནས་པའི་ཐབས་ལ་  
 བཅོན་ན་རྣམ་རྟོག་རགས་པ་ཅུང་ཅམ་ཞིན་ས། སེམས་རང་ཐོག་ན་རེས་གནས་རེས་  
 འགྲུབ་ཞིག་འོང་བའི་དུས། གནས་འགྲུག་པར་ལའང་སྤར་སྤར་སྤར་སྤར་གི་ཆགས་  
 སྤར་མི་དགོས་པ་བྱུང་དུས་གནས་པ་བར་མ། ཐོབ་པའི་ཉམས་སུ་སྤྱང་དཔལ་འབབ་



ལྟ་བུ་བྱ་བ་ཡིན། དེའི་དང་དྲུག་མར་མོས་གྲུས་གཙོར་འདོན་གྱིས་གཏུག་བསྐྱངས་  
 ཏེ་བསྐྱོམས་པས་ནམ་རྟོག་ཤར་ལགས་ཐམས་ཅད་རེ་ཞི་དང་། གནས་ཆ་རྩེ་ཆེར་སོང་  
 རྟེ། དར་མེད་ལྟ་བུར་བྱུང་དུས་གནས་པ་ཐ་མ། བརྟན་པའི་ཉམས་རྒྱ་མཚོ་རྒྱུད་གིས་  
 མ་བསྐྱོད་པ་ལྟ་བུ་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། འདི་སྐབས་བདེ་གསལ་མི་རྟོག་གི་ཉམས་ཆ་མཉམ་  
 མི་འོང་། ཆ་མ་མཉམ་ན་སྐྱོན་ཆེ་རྟེ། བདེ་བ་ཤས་ཆེན་བདེ་ཉམས་མཚན་མ་ཅན་  
 ཞེས་འདོད་ཆགས་ཆེ་བས་བསྐྱབ་པ་ཉམས་པ་དང་། མིན་ཀྱང་ཆགས་ཞེན་འཛིན་  
 གསུམ་རེ་ཆེར་འགོ།

བདེ་ཉམས་རྒྱུད་ཞིང་མི་རྟོག་པ་ཤས་ཆེན་དུན་མེད་འགོག་པ་འཕམ་ཞི་གནས་སྤིང་ནས་  
 ཐར་པའི་ཤེགས་ཕྱེད་པ་འཕམ་བྱིངས་རྒྱག་གི་དབང་དུ་འགོ། གསལ་བ་དང་མི་རྟོག་པ་  
 གཉིས་ཆ་མཉམ་ཀྱང་བདེ་ཆ་རྒྱུད་ན་སྐྱོམ་ལ་སྐྱོ་བ་མི་སྐྱེ་ཞིང་བསྐྱོམ་སྤིང་མི་འདོད་  
 པ་དང་། གནས་ཆ་རྒྱུད་ན་འཕྲོ་རྟོད་གྱི་དབང་དུ་འགོ། གཉིས་པོ་མཚུངས་ཀྱང་གསལ་  
 ཆ་རྒྱུད་ན་རིག་པ་བག་ལ་ཉལ་བས་སྐྱོམ་དྲངས་སྤྱིགས་མི་འབྱེད། དྲངས་ཆ་རྒྱུད་  
 ཞིང་བྱིངས་རྒྱག་གི་དབང་དུ་འགོ། བདེ་གསལ་གཉིས་པོ་ཆ་མཉམ་ཀྱང་མི་རྟོག་པ་  
 མེད་ན་སྐྱོམ་གྱི་སྒྲ་མི་ཟེན་ཞིང་འདུག་ཚུགས་རྒྱུད་ལ་བྱ་སྐྱོད་ཐ་མལ་གྱི་དབང་དུ་ཤོར་  
 འགོ། ཤོར་གི་སྐྱོན་གསུམ་པོ་དེ་ལས་ལྟོག་པའི་ཐབས་ཉམས་སུ་བྱུངས་ན་ཡོན་ཏན་  
 ཤོང་འཕེལ། བདེ་གསལ་མི་རྟོག་ཆ་མཉམ་སྐྱེས་ཤིང་མཉམ་བཞག་སྐྱོན་མེད་ཡུན་  
 རེ་རིང་དུ་འགོ་བས། རྒྱ་མའི་མན་ངག་ལ་བརྟེན་ནས་ཆ་མཉམ་པར་བྱེད་དགོས།  
 ལ་ལ་དང་པོ་ཚོགས་བདུན་གྱི་རྟོག་པ་འགགས་ཏེ་ཀུན་གཞི་རྟོག་མེད་གྱི་དང་དྲུག་གནས་  
 པ་ཡོད་དེ། དེ་ལ་རྣམ་རྟོག་ཁ་འཐམ་ཞེས་འདོད། ཤོང་གི་གཡོ་ཉམས་བྱིས་ནས་འོང་།  
 འགའ་ཞིག་ལ་དང་པོ་གཡོ་ཉམས་འོང་ནས། བྱིས་གནས་ཆ་རེ་ཆེར་འགོ་བ་སོགས་  
 ཡོད་པས་མི་དེས་ཀྱང་།

ཐུན་མིན་སྐྱོན་འགྲོའི་སྐབས་ཀྱི་སྐབས་འགོ་སོགས་དམིགས་རིམ་བརྟེན་དོན་རྟགས་  
 ལ་སེམས་ལེགས་པར་ཟེན་པ་རྣམས་ལ་གཡོ་ཉམས་མི་འོང་བ་ཡང་ཡོད། གང་ལྟར་  
 བྱིངས་རྒྱག་ཆེན་ལུས་གནད་བསྐྱངས། ལྟ་སྤངས་མཐོ་བར་བྱས་ལ་ཤེས་བ་རྒྱར་འདོན་

རྟོག་འཛིན་ཤས་ཆེན་ལུས་སེམས་གྲོད་ཅིང་བསྐྱོམ། འདི་སྐབས་པདེ་གསལ་མི་  
 རྟོག་གང་ལའང་བདེའོ། །གསལ་ལོ། །མི་རྟོག་གོ། །  
 སྐམས་པའི་སོ་སོའམ། ཆམ་ཉམ་ཀྱང་འདིའོ་སྐམས་པའི་དེར་འཛིན་གྱི་དགའ་སྟུག་  
 མི་བྱ་བར། བདག་མེད་དུ་བཞག་མི་ཆགས། མི་ཞེན། ལུང་མ་བརྟན་དུ་མི་བཏང་  
 བར་རང་ཐོག་དུ་སྟོང། གོང་གི་ཤས་གང་ཆུང་དེ་ལ་སྒྲ་མའི་ཞལ་ཤེས་ལྟར་བསྐྱེད་  
 པའི་ཐབས་སོ་སོར་བྱུན་དུ་བཅད་ཅིང་བསྐྱོམ། སྐབས་སུ་དཔལ་བསོ། སྐབས་སུ་  
 གནས་འཇུག་ཉེས་གཅིག་གམ་ཐ་དད་ཡིན་མིན་བལྟ་བ་སོགས་སྟེལ་མར་བྱས་ཏེ་  
 བསྐྱོམ་པའི་མཐུས། རྗེས་ཤེས་གྱི་རྟོག་པའང་རྗེ་ཞི། མཉམ་བཞག་སྐབས་རྗེ་བདེ་  
 རྗེ་གསལ་རྗེ་བརྟན་དུ་འགོ་སྐབས་པདེ་གསལ་མི་རྟོག་ལ་དེས་ཤེས་སྟེ་སྟེ། ཉམས་  
 དེ་དང་འབྲལ་མི་སོད་པར་ལུས་ཡི་ཡོད་མི་ཆོར་བ་དང་། བཟའ་བཏུང་བརྟེན་པ།  
 ཅམ་ལྷ་གར་སོང་མི་ཆོར་བ་སོགས་འོང་དུས་གང་ལ་ཞེན་ན་ཁམས་གསུམ་དུ་གོ་ལ་  
 འགོ་བས། ཞེན་མེད་གྱི་ཐབས་ལ་མཁས་པར་བྱ་ཞིང་སྦྱོང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 ཉམས་གྱི་ལྷག་མཐོང་ཡང་སྦྱེད་གོས་པས་ན། ཞིག་ནས་འདི་ཐོག་མར་གལ་ཆེ།  
 སྟོན་པ་བཅོམ་ལྟན་འདས་ཤུག་ཐུབ་པས་ལོ་དུག་དུ་དགའ་བྱུང་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱོམ་  
 ཚུལ་སོགས་དཔེ་ལུང་མང་། ཉམས་གྱི་ཞི་ལྷག་དེ་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་དང་སྦྱར་  
 མ་ཤེས་ན་ཉིན་མཚན་ཁོར་ལུག་དུ་སོང་ཀྱང་འཁོར་བ་ལས་མི་འཕགས་པའི་ཚུལ་  
 ཡང་ལུང་མང་། དེ་ལྟར་རྩེ་གཅིག་ཅེས་པའི་ས་བཅད་ཆོག་ཟིན་ཅམ་སྟོས་པའོ། །  
 གཉེས་པ་རྩེ་གཅིག་གི་རྣལ་འབྱོར་དངོས་ལ། སྟོང་བྱ་བལ་བའི་བསྐྱེས་དོན་ལས།  
 གོ་ལ་ས་སྟོམས་འཇུག་དགུ་སྟོར་རབ་སྦྲངས་ནས། ཞིག་ནས་དྲངས་ཆ་ལྷག་མཐོང་  
 ཉིད་ལ་སྦྱོང་། སྦྱོར་ཚུལ་ལྷག་མཐོང་དམིགས་པའི་དཔྱད་ཚུལ་འཇུག་སྦྱང་བ་  
 སེམས་ཤེས་སེམས་གྱི་རང་བཞིན་ནི། །གསལ་སྟོང་ནམ་མཁའ་དྲངས་པའི་དཀྱིལ་  
 ལྟར་རྟོགས། ཐབས་ཤེས་ཟུང་འབྲེལ་རྩེ་གཅིག་རྣལ་འབྱོར་ཡིན། །  
 ཞེས་པས་དེ་ལ་ལྟ་སྟེ། རོ་བོ་སྦྱིར་བསྟན་པ། བྱེ་བྱག་ཆུང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ།  
 སྟོན་དག་ཚུལ། ཡོན་ཏན་སྟེ་ཚུལ། ཉིང་རྗེ་འཛིན་དེ་བོགས་འདོན་ཅིང་གོང་མ་ལ་



སྒྱུར་ཚུལ་ལོ། འདར་པོ་ངོ་བོ་སྒྱུར་བསྟན་པ་ནི། འོག་མ་ཆེ་གཅིག་གི་ཉིང་ངེ་འཛིན་  
དེའི་འཛིན་ཞེན་རྒྱུ་ལ་ཐབས་ཀྱིས་སྤངས་ཤིང་། དེའི་དྲངས་ཆ་ཆེ་གཅིག་གི་ནལ་  
འབྱུར་ལྷག་མཐོང་དུ་འདོད་དེ། ལྷག་མཐོང་ལའང་རྒྱ་ཁྱེན་ངོ་བོ་གསུམ་ལས། རྒྱ་ནི་  
བདེ་གཤེགས་སྤྲིང་པོ། ཁྱེན་ནི་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ། ངོ་བོ་ནི་ཉམས་ཀྱི་ལྷག་  
མཐོང་དང་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་གཉིས་སོ། །

དེ་ལ་བསམ་སྒྲོམ་མཐོང་ལྷག་མཐོང་དམིགས་པ་ནི། སེམས་སྤྲད་ཅིག་མའི་གནས་  
འགྲུ་འགྲོ་འོང་ངོ་བོ་སོགས་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་བརྟགས་ཤིང་དབྱུང་པ་ནི་ལྷག་མཐོང་  
གི་དམིགས་པ་ཡིན་ཏེ། དབྱུང་ཚུལ་འཇུག་ཚུལ་ནུམས་སྒྲ་མའི་ཞལ་ལས་ཤེས་པར་  
བྱས་པས། སྤྲང་བ་སེམས་སུ་ཤེས། སེམས་སྤྲ་ཆོགས་སུ་ཤར་བ་དེ་སྤྲད་ཅིག་མའི་  
སྤྲང་ཐག་ཆོད། སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་གསལ་སྤྲོད་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུར་རྟོགས་དུས་  
ཉམས་ཀྱི་ལྷག་མཐོང་རམ་ཆེ་གཅིག་ཀྱང་དུའི་ནལ་འབྱུར་ཡིན་ཚུལ་ལུང་མང་ངོ་། །  
གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་རྒྱུང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་ལ། མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤད་  
གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། ཡང་། རྟོགས་དང་གོམས་དང་མཐར་ཐྱིན་རྒྱུང་འབྲིང་ཆེ། །  
ཞེས་པས། སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་གསལ་སྤྲོད་ནམ་མཁའ་དྲངས་བའི་དཀྱིལ་ལྟ་བུ་  
རྟོགས་ཏེ། དེས་ཤེས་སྤྱེ་བའི་ཆ་ནས་ཆེ་གཅིག་ཀྱང་དུ། དེའི་རང་ལས་དྲན་པ་ཡོངས་  
པ་མེད་པར་བསྒྲོམ་པས། རྟོགས་ཤིང་ཐུགས་རྒྱུ་ལས་ཤིང་ཐུགས་ཤིང་ཐུགས་ཤིང་ཐུགས་ཤིང་ཐུགས་ཤིང་  
གོམས་འདྲིས་བརྟན་གསུམ་ནི་འབྲིང་པོ། དེ་ལ་བརྟན་པ་ཐོབ་ནས་གདིང་དུ་གྱུར་ཏེ་  
ཁོར་ལུག་ཏུ་འགྲོ་བ་ནི་ཆེན་པོ་འོ། །ཞེས་སོ། །

ཕར་ཐུན་གྱི་སྒྱུར་ལམ་དང་མཚུངས་པར་སྟོན་པ་འཛིག་རྟོག་གྱི་ནལ་འབྱུར་ལ་ {ཞེན་  
འཛིན་དང་བཅས་པ། མཆན།} རང་གསེས་རྒྱུང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་ལས། དང་པོ་འཛིག་  
རྟོག་རྒྱུང་དུ་ནི། ཐུགས་གཏེར་ཆེན་པོ་གོལ་བའི་ཐིག་ལེ་ལས། ངོ་བོ་ངོས་བཟུང་མེད་  
པ་སྤྲོད་པའི་རང་བཞིན་ལ། རང་བཞིན་མ་འགགས་ས་ལེ་སིང་ངེ་རྟོག་ནི་བཅ། འཛིག་  
རྟོག་རྒྱུང་དུའི་ནལ་འབྱུར་ཞེས་བྱ་དེ་ཉིད་ཡིན། ཞེས་པས་དེའི་དགོངས་པ་ཉམས་སྤྲོད་  
གིས་བཀྲལ་བ་ན། དེས་གྱིས་པའི་གང་ཟག་དེས་སྒྲ་མ་དམ་པ་ཞིག་གི་དུང་དུ་ནལ་



གཡེང་སྤངས་ཏེ་བསྐྱོམ་པས་སེམས་ཀྱི་རོ་བོ་ཡོད་མེད་ཟུ་བཞི་དང་བུལ་བར་ཐག་  
 ཚོད་ཅིང་། དེ་ལྟར་ཚོད་པ་ལ་གསལ་ལ་རྟོག་པ་མེད་པའི་ཞི་གནས་དེ་ཉིད་བསྐྱོམ་  
 བུའི་རང་བཞིན་དུ་རོ་སྤྲད་ལག་བཅང་མཛད་པ་ལ་དྲན་པ་གཞུང་ཏེ་བསྐྱོམ་པས།  
 རྣམ་རྟོག་ཉི་ཟེར་གྱི་སྤང་བུ་བས་ཀྱང་བྱ་བྱེད་མང་ལ་འགྱུར་ལྡོག་ཆེ་བས་སྐྱོམ་གྱི་ལས་  
 འཕྲོ་མེད་དམ་སྒྲུལ་ནས་སྒྲུགས་ལོག་པ་ཞིག་གི་རྩིས་སུ། ཅི་ཞིག་ན་དྲན་པའི་རོ་བོ་  
 གསལ་ལ་གོ་མ་འགགས་པ། དྲངས་སེང་རེ་ལྷན་ཡེར་རེ་བ་སྤྲོད་པའི་ཉམས་ཤུགས་  
 ཆེ་བ་ཞིག་འཆར་བ་དེ་ཉིད་རི་ཙམ་སྐྱོམ་རིང་ལ་ཡོད། མ་བསྐྱོམ་ན་ཐ་མལ་དུ་འཆོར་  
 བ་ཞིག་འབྱུང་བ་སྟེ། འདི་ལ་མ་རྟ་ཟུ་དྲས་ཅུ་གཅིག་ཆུང་དུར་འབོད། འགའ་ཞིག་  
 གིས་པོ་ཚོད་བྱས་པས་དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲུལ་པ་ནི་གོ་བ་ཡིན་པས་གྲོལ་མི་བདུབ་བོ། ཞེས་  
 གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་སྐྱོམ་གྱི་གོ་བ་བཤད་པ་ལ། རྣལ་འབྱོར་བཞི་རིམ་པས། ཡང་། ཆུང་  
 དུ་རྟོགས་ཀྱང་མི་བརྟན་འཕེལ་འགྲིབ་ཆེ། ཞེས་པ། ཅུ་གཅིག་ཆུང་དུན་ཉམས་ཀྱི་  
 ལྷག་མཐོང་རེས་འགའ་བ་འཛིན་ཞེན་དང་བཅས་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བཅན་འོག་མའི་ཅུ་  
 གཅིག་དྲངས་ཆ་མེད་པའི་ཞི་གནས་ཆུང་པ་དེ་མ་ཡིན་པ། ཅུ་གཅིག་གི་རྣལ་འབྱོར་  
 བྱི་སྤང་བ་སེམས་སུ་ཤེས་ཤིང་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནམ་མཁའི་དབེ་ཅན་ཏེ། ཞི་  
 ལྷག་ཟུང་འཇུག་ཐབས་ཤེས་ཟུང་འཇུག་གོ། །

འོག་མའི་བདེ་གསལ་མི་རྟོག་པའི་རང་ལ་ཅི་ཙམ་གནས་ཀྱང་ཅུ་གཅིག་རྣལ་འབྱོར་  
 ཀྱི་ལྷག་མཐོང་དང་མ་འབྲེལ་ན་ཅུ་གཅིག་ཟུན་པར་འབྱམས་བྱ་བ་ཡིན། ཟུང་འཇུག་  
 ལྷག་མཐོང་གི་ལྷ་བསྐྱེད་ཞེན་ཕྱ་རགས་མཉམ་རྩིས་གང་གི་སྐབས་སུ་ཅུ་གཅིག་དང་།  
 ཅུ་གཅིག་གི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་ཁྱད་བདེ་གསལ་འགྱུ་གནས་ཐམས་ཅད་རོ་བོ་སྤྲོད་པར་  
 ཤར་ཏེ། སལ་ལོ། སིང་ངེ། ཡེར་རེ་གནས་པ་ཡིན། དེ་དུས་ལ་ལ་དག་ལ་རྒྱང་  
 རྟགས་བརྒྱད་དམ་བཅུ། སྤྲོད་གཞུགས་ཀྱི་སྤང་བ་སྐྱོ་ཚོགས་འབྱུང་། འདི་སྐབས་  
 སེམས་ཀྱི་རོ་བོ་སྤྲོད་པར་རྟོགས་པ་ནི་མི་རྟོག་པ། སེམས་སྤྲོད་པའི་རང་བཞིན་གསལ་  
 སེང་ངེ་བཞི་གསལ་པ། དེ་གཉིས་དབྱེར་མེད་ཀྱི་རང་ལ་བདེ་ལྷན་ནེར་གནས་ཤིང་།

བྱིངས་སྤྱུག་དང་མྱོད་འཕྲོར་གྱི་སྒྲིབ་མེད་པ་བདེ་བ། དེ་ལྟར་བདེ་གསལ་མི་རྟོག་  
 དབྱེར་མེད་གྱི་སྐྱོ་མ་མ་བཅོས་ལྷུག་པ་གསུམ་གྱི་ངར་ལ་གནས་པ་མཉམ་བཞག་དེ་  
 ལ་ལུས་དག་གི་བྱ་སྤྱོད་ལ་མི་རྟོས་པར་འདུག་ཚུལ་ལེགས་ཀྱང་དྲན་པ་ཡེངས་ན་རྗེས་  
 ཤེས་སུ་འགྲོ་ཞིང་། བྱེད་སྤྱོད་སོགས་གྱི་སྐྱབས་ཨ་འཐས་སུ་འགྲོ་བས་ན་ཨ་འཐས་  
 སུ་སྤྱོད་བྱ་བ་ཡིན། དེ་ལ་ཨ་འཐས་དངོས་འཛིན་གྱི་དྲི་མའམ་སྤྱིབ་པ་ཡོད་པ་ནི།  
 དཔེར་ན་གྲ་ཙུང་མྱོད་དང་། སྒྲིག་པོར་སྤྱོད་པ་ལ་དྲི་མ་མ་སངས་པ་ལྟར་ཡིན་པས།  
 དེ་ལྟ་བུ་མཉམ་བཞག་ལ་མེད་ཀྱང་རྗེས་ཤེས་ལ་ཡོད་པ་ནི་མཉམ་རྗེས་མཚན་ཉིད་  
 པ་མིན། ཙུང་མྱོར་ན་དྲན་པས་ཟིན་པ་ཅན་གྱི་མཉམ་བཞག་གི་སྤྱིང་དུ་འགྲོ་བས་སོ། །  
 དེ་ཅེ་གཅིག་ཚུང་དུའི་སྐྱབས་གྱི་ཉམས་རྗེས་ཡིན་ཀྱང་དོན་ལ་རྗེས་སྤྱང་གས་ཆེ་བ་  
 ཡིན། གསལ་སྤྱོད་ནམ་མཁའ་དྲངས་པའི་དགྱིལ་ལྟ་བུ་གསུངས་པ་དེ་ཉིད་དེ་འཛིན་  
 ལས་སུ་མ་རུང་པའི་རྒྱུ་གྱིས་རེས་སྒྲོམ་ཀྱང་འོང་། རེས་མ་བསྒྲོམ་ཡང་འོང་། རེས་  
 བདེ་རེས་མི་བདེ་བ་སོགས་འཕེལ་འགྱུ་བ་སྤྱོད་ཆོགས་འོང་པའི་སྐྱབས་ཅེ་གཅིག་ཚུང་  
 དུ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོ། །  
 གཉིས་པ་འཛིག་རྟེན་འབྲིང་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ནི། གྲོལ་ཏིག་ལས། གང་དེ་མ་ཡིངས་  
 བསྐྱངས་པས་བརྟན་པ་ཆེར་ཐོབ་ཅིང་། བསྒྲོམ་ཀྱང་ཡོངས་ལ་མ་བསྒྲོམ་ཆ་གས་ཡོང་  
 བ་ནི་། འཛིག་རྟེན་འབྲིང་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་བྱ་དེ་ཉིད་ཡིན་། ཞེས་པས། སྤྱི་མའི་  
 འཕྲོ་མཐུད་དེ་སྤྱིང་རུས་ལ་ནན་ཏན་བསྐྱེད་པས་ཉམས་གྱི་འཛིན་སྤྱངས་སུ་མ་ལྟར་  
 ལས་ཚུང་ཟད་དྲངས་ཆ་ཆེ་རུ་འགྲོ་ཞིང་། དེ་ཉིད་མ་བསྒྲོམ་པའི་གནས་སྐྱབས་འགའ་  
 ལ་འང་དྲན་པས་ཅིག་ཅིག་སྤྱོད་པས་ནས་གསལ་སྤྱོད་རྗེས་ཡེ་ཤེས་འཆར་བས་འདི་  
 ལ་མ་རྟུ་སྤྱད་པས་ཅེ་གཅིག་འབྲིང་པོ་ཟེར་རོ། །ཞེས་སོ། །རྣལ་འབྱོར་བཞི་རིམ་པས།  
 ཡང་། འབྲིང་པོ་ཉིད་འཛིན་ལས་རུང་འཕེལ་འགྱུ་བ་མེད། །ཅིས་པས་ཅེ་གཅིག་  
 འབྲིང་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ནི། གོང་ལྟར་མཉམ་རྗེས་གང་ལ་དྲན་པས་ཟིན་ཅིང་ཡིངས་  
 པ་མེད་པའི་སྒྲོ་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ་བརྩོན་པས་ཉིད་དེ་འཛིན་ལས་སུ་རུང་སྟེ།  
 གསལ་སྤྱོད་གི་ཉམས་དེ་ནམ་བསྒྲོམ་ཆེ་བདེ་ལྟར་ལྟར་འོང་བ་ཡིན། དེ་ནི་ཅེ་གཅིག་



འབྲིང་པོའི་ཉིང་དེ་འཇིག་ལ་དབང་ཐོབ་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། རྣལ་འབྱོར་དང་པོའི་སྐབས་  
 རྗེས་ཤེས་པ་ལ་ཆེར་ཨ་འཐས་སུ་ཡིན་པས་ན་དྲན་པ་ཡང་ཨ་འཐས་ཀྱི་དྲན་པ་ཡིན།  
 མཉམ་བཞག་དུས་གསལ་སྟོང་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་དམིགས་ཏེ་བསྐྱོམས་པས་ཨ་འཐས་  
 ཀྱི་དྲན་པ་ཞེས་བྱ། དེ་ལྟ་བུའི་དྲན་པས་སྐྱད་ཅིག་གྱུང་མ་ཡིངས་པར་ཉམས་སུ་བྱུངས་  
 པས་རྗེས་ཤེས་རགས་པ་རྣམས་རིམ་གྱིས་ཆོད་ཅིང་མཉམ་བཞག་རིམ་པར་རྗེ་བདེ་  
 རྗེ་གསལ་ལ་རྗེ་སྟོང་བརྟན་པ་རྗེ་ཆེར་འགྲོ་བ་སོགས་འབྱུང་ངོ་། ། ཞེས་སོ། །

གསུམ་པ་འཇིག་རྟེན་ཆེན་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ནི། གྲོལ་ཏིག་ལས། ཉིང་འཇིག་དེ་ཉིང་  
 སྤར་བས་གསལ་མདངས་ཆེར་སོང་ཞིང་། རྩལ་མེད་ཉིན་མཚན་ཁོར་ཡུག་ཉིད་དུ་  
 འབྱུང་བ་ནི། འཇིག་རྟེན་ཆེན་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་བྱ་དེ་ཉིད་ཡིན་མེས་པས།  
 བརྟན་པ་ཆེར་ཐོབ་སྟེ་གསལ་སྟོང་རྗེན་པ་ངོས་གཟུང་དང་བྲལ་བའི་ཉམས་ཉིན་མཚན་  
 ཁོར་ཡུག་དུ་འབྱུམས་པ་ལ་མ་རྟུ་མུ་དུས་ཅེ་གཅིག་ཆེན་པོར་བཏགས། རྗེ་གསལ་ཆེན་  
 སེམས་སྟེ་པས་གནས་པའི་ཉམས་ཤེས་པ་ཡུལ་ཕྱིར་མི་འཕྲོ་བ་ཞེས་པའང་འདིར་  
 མཛུངས། འདིའི་ཉམས་ནི་ལུས་ལ་བདེ་ཉམས་དང་སེམས་ལ་དག་འཕྲོ་དབག་མེད་  
 འཇར། མར་མེ་རླུང་གིས་མ་བསྐྱོད་པ་ལྟ་བུའི་སྒྲོམ་ལ་ངེས་ཤེས་དང་། བྱོད་ཁ་སྟེ།  
 ལུས་ཡོད་དུ་མི་ཆོར་འཇིག་རྟེན་མི་ཆོས་ལ་ཞེན་པ་རྒྱུད་དུ་འགྲོ། ཉམས་ཀྱི་མཐོང་མན་  
 ཤིན་རྒྱ་ཆེ་བ་འོང་ངོ་། །

རེ་འགའ་འདི་ལས་ལྷག་པ་སུ་ལ་ཡོད་སྟུམ་པའི་རང་མཐོང་སྟེ། རེས་ཤེས་པ་རྒྱན་  
 དང་བྲལ་ནས་ང་ལ་སྒྲོམ་མེད་སྟུམ་པའི་ཡི་སྤྱུག་སྟེ་བའང་ཡོད། རེས་སེམས་ཅན་ལ་  
 ཉིང་རྗེ་སྟེ་ཞིང་། སངས་རྒྱ་རྒྱ་དང་འཁོར་བར་འབྱུམས་རྒྱ་མི་འདུག་སྟུམ་པའི་སྟོང་  
 རུང་གྱུང་འཇར། གསལ་སྟུང་ལ་འདུ་ཤེས་གྱུང་བོས་དབྱེད་ན་མཐོང་སྟུང་མང་བ་  
 འབྱུང་སྟེ་ཞལ་གཟིགས་ལུང་བསྟན་དུ་བཟུང་ན་ནོར་ས་རྟེན་པོ་ཆེ་ཡིན་གྱུང་བྱེད་  
 མཁན་མང་། འདིའི་མཉམ་བཞག་གནད་དུ་སོང་ན་སྒྲོ་ལུའི་རྣམ་ཤེས་ཐད་ཀར་བག་  
 ལ་ཞ་འགྲོ་བས། ཕྱིའི་སྒྲོ་སྐྱད་གཟུགས་ལུལ་ལ་སོགས་པའི་ལུལ་རྒྱུན་གྱིས་མི་འཕྲོག་  
 འོན་གྱུང་མར་ཕྱིན་ཐེག་པ་དང་བསྟན་ན། དག་པ་ས་གསུམ་ནས་སྒྲོ་ལུའི་རྣམ་ཤེས་





གནས་འགྲུར་ཏེ་ཞིང་ཁམས་རྣམ་དག་ལ་དབང་ཞིང་། དག་པའི་ཆེ་བྱ་གྲུབ་ཡེ་ཤེས་  
 སུ་ཤར་བར་བཤད་པའི་ཕྱིར། འདི་ཉིད་དངོས་གནས་མ་ཡིན་ཀྱང་སེམས་འཛིན་  
 ཡུལ་རྒྱུན་གྱིས་མི་འཕྲོག་པའི་ཆ་ནས་དེ་སྒྲན་དུ་བཏགས་པའང་ཤེས་པར་བྱའོ། །  
 དེའང་ཆོགས་ལམ་པས་གོ་སྒྲུབ་ལམ་པས་མྱོང་། མཐོང་ལམ་པས་རྟོགས་ཞེས་གོ་  
 མྱོང་རྟོགས་གསུམ་དུ་སྒྲུབ་བ་དང་། སྒྲམ་ཡང་ཏིག་ཏུ་ལྷ་མིའི་སེམས་འཛིན། བྱང་  
 རྒྱབ་སེམས་དཔའི་བསམ་གཏན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཞེས་བཤད་པ་ལའང་  
 རྣམ་པར་དབྱེད་ན་དབྱེ་བ་ཁྱད་པར་ཅན་དུ་ཁོ་བོས་རྟོགས་ལ། དེའི་ཕྱིར་འདི་མན་  
 ཆད་ནི་སོ་སྒྲེའི་ལམ་དུ་བཞག་པས་ལྷག་མཐོང་མཆོན་ཉིད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 དམ་གྱི་ངོ་བོ་རི་ལྷར་བཟང་ཡང་ཉམས་ཅམ་མྱོང་བ་ཅམ་ཡིན་པས། རྩ་གཟུགས་ཀྱི་  
 རྟེན་འབྲེལ་ལ་མཛོན་ཤེས་དང་གྲུབ་རྟགས་ཐོན་པ་བྱུང་ཡང་སྒྲོམ་སེམས་བྱ་བའི་ཡུལ་  
 མ་ཡིན་མོད།

དེ་ལྟ་ནའང་ཕྱི་དུས་འདིར་ལམ་འདི་མཐར་མོན་པའང་རྟེན་པར་དཀའ་ཞིང་། སྒྲིང་  
 རུས་ཅན་རེ་རེ་ཅམ་སྤང་བ་ལའང་བཤེས་གཞིན་རྣམས་ཀྱིས་རྟོགས་པ་ཉིན་མཆོན་  
 འདྲེས་པར་ངོ་སྒྲོད་བྱེད་པ་འདུག་པས་ཡོང་བས་ཡོང་བ་ཁྲིད་དེ། སྒྲོམ་དམིགས་  
 གཏད་ཉམས་མྱོང་ཅན་སྟེང་བ་དགར་ལངས་ཀྱི་བདུད་རྟགས་པ་ཞིག་ལ་མི་ཆེ་སྟེང་  
 བར་འཛད་པ་ལས་ཡོན་ཏན་སྒྲེ་བའི་རེ་བ་ཟད་མོད། འགའ་ཞིག་ནི་མཉམ་བཞག་  
 གནད་དུ་མ་སོང་བ་ཅི་ཡིན་འདི་ཡིན་མེད་པའི་ལུང་མ་བསྟན་འཕྲོམ་ཡོར་རེ་བ་ཞིག་  
 གི་ངོ་བོ་སྒྲུབ་རྒྱུ་དམི་ཤེས་པ་ལྷ་བྱ་ཞིག་ལ་ང་འདྲའི་རྟོགས་པ་སུ་ལ་ཡོད། སྒྲོམ་མེད་  
 བྱ་བའང་འདི་ཁ་ཡིན་སྒྲམ་པའི་རང་ཅིས་སྒྲེས་ཏེ། ཡུལ་གོང་མ་ལ་དག་སྤང་གཏན་  
 བས་མི་སྒྲེ་ཞིང་། བོགས་འདོན་བྱེད་པའི་སྒྲོ་དང་བུལ་བས་ནོར་ས་རུམས་པོ་ཆེར་  
 མོང་སྟེ། རྒྱ་འབྲས་རྟེན་འབྲེལ་མི་བསྒྲུབ་པའི་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱབས་པས།  
 དག་སྟངས་ཤིག་སྟངས་དུ་གོ་ལ་བ་འབང་ཞིག་ལས་མི་འདའ་བས།  
 རྩལ་དེ་ལ་བསམ་ནས་ཨོ་རྒྱུན་རིན་པོ་ཆེས་རྒྱལ་པོ་ལ་གདམས་པ་བཞིན་ལྟ་བུའི་  
 རྟོགས་སུ་སྒྲོང་བ་མ་གོར་བ་དང་། སྒྲོད་པའི་རྟོགས་སུ་ལྟ་བ་མ་གོར་བ་ལ་བསྐྱབ་

ཅིང་། ཉམས་སྦྱང་དང་ལྷན་པའི་སྤྲ་མ་དམ་པ་མིག་བཞིན་དུ་བསྟེན། མཉམ་  
 འགྲོགས་ཀྱི་བདུད་དབང་དང་། མིར་འཛིན་གྱི་ལོག་ལྷ་མེད་པས། སྦྱང་པའི་སྦྱགས་  
 སུ་ལྷ་བ་མ་ཤོར་བ་ལ་བསྐྱབ་ཅིང་། གསོལ་འདེབས་མོས་གསུང་དང་ལྷན་པས་དབང་  
 བཞི་ཡང་ཡང་སྤངས། ལྷགས་ལ་ཞུན་ཐར་གཏོང་བ་ལྷར་བརྟེན་གྱི་ཤིང་ཕྱོགས་  
 གལ་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། །འདིར་ཡར་ཕྱིན་ཐེག་པ་ལྷར་ན་དྲོད་ཅེ་གཉིས་སུ་དབང་པོ་ལྷ་  
 དང་། བཟོད་ཆོས་གཉིས་སུ་སྦྱོབས་ལྷ་སྦྱོམ་པའི་སྦྱོར་ལམ་དེས་འབྱེད་ཆ་བཞིའི་ཡེ་  
 ཤེས་ཀྱི་ངོ་བོ་མཉམ་བཞག་གི་ཆུ་མ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ། རྗེས་ཐོབ་ཀྱི་ཆ་  
 རྟོག་བཅས་རྟོག་མེད་ཅི་རིགས་སུ་ཡོད་ཅིང་། གཉེན་པོ་བཞི་ལ་བརྟེན་ནས་སྤང་བུ་  
 སྦྱིབ་པའི་ས་བོན་ཉམས་སྦྱང་པས། རྟོགས་པའི་བྱུང་པར་སྦྱོམ་བྱུང་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་  
 བདག་མེད་གཉིས་རྟོགས་ཏེ། ཡོན་ཏན་གྱི་བྱུང་པར་སྦྱོན་དང་མཛོན་ཤེས་སོགས་དུ་  
 མ་དང་ལྷན་ཞིང་། རྟོགས་ལམ་ཆེན་པོ་ལས་འདིའི་ཡེ་ཤེས་དྲོད་བརྟན་པས་མཐོང་  
 ལམ་ཐག་ཉེ་བ་སྟེ། བརྟུང་སྦྱང་འགྲེལ་ཆེན་ལས། བར་ཆད་མེད་ན་མཐོང་བའི་  
 ལམ་ཆེས་ཉེ་བར་འབྱུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐར་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་ལས་འདིའི་བྱུང་  
 ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་སྟེ། དེ་ལྷ་སུའི་སྦྱོར་ལམ་གྱི་འགྲུར་འདི་  
 རུ་བཅི་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོ། །རྣལ་འབྱོར་བཞི་རིམ་པས། ཡང་། ཆེན་པོ་གསལ་  
 སྦྱང་ཉམས་ཀྱི་ཁོར་ལུག་འབྲེལ། ཞེས་པས། ཅེ་གཅིག་ཆེན་པོ་དོས་བརྩུང་བ་ལ་  
 གཉིས། རོ་བོའི་ཆ་དང་། བརྟན་པའི་ཆ་ནས་དོས་བརྩུང་བའོ། །དང་པོ་སེམས་ཀྱི་  
 རང་བཞིན་གསལ་སྦྱང་མཐའ་དབུས་ཞེན་འཛིན་མེད་པའི་ཉམས་རིག་པ་གཞི་མེད་  
 ཅུ་བུལ་རྗེན་ལྷང་དེ་བ། མཐོང་ལམ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྱང་བ་མཐོང་ལ་ཁད་དེ་མཉམ་  
 བཞག་གསལ་སྦྱང་ནམ་མཁའ་དྲུངས་པའི་དཀྱིལ་ལྷ་སུ་དེ་ལ་བརྟན་པ་ཐོབ་ནས།  
 ཉིན་མཚན་ལ་སོགས་ཁོར་ལུག་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན་སྟེ། མཐོང་པའི་དོས་ཤེས་ཀྱི་དྲི་མ་སྤྲ་བ་  
 ཡོད་པ་ནི་ཅེ་གཅིག་ཆེན་པོ་ཡིན་ཚུལ་ལྷང་དང་བཅས་གསུངས་འདུག་གོ། དེ་ལྷར་  
 ཅེ་གཅིག་རྒྱང་རུ་ཅེ་གཅིག་གི་གཞི། འབྲིང་པོ་ལམ། ཆེན་པོ་འབྲས་སུའོ། །འདི་  
 སྐབས་མདོ་རྒྱད་མན་དག་ཐོས་མཐོང་ཡོད་པ་འགའ་ཞིག་གིས་གོ་བས་ལྷན་པ་

བཏབ་སྟེ། རང་མཐོང་དང་། སྒོམ་ལ་ཚུལ་རུང་མ་ཚུལ་རུང་སྒོམ་མེད་གྱི་ས་ལ་  
སྒྲིབ་འདུག སྒྲུ་མ་ལ་འང་འདི་ལས་ལྷག་པའི་ཉམས་རྟོགས་མེད་མོད་སྒྲུ་མ་སྟེ་མཛོན་  
པའི་ར་རྒྱལ་དང་། རེས་འགའ་མཛོན་ཤེས་དང་རྩུ་འབྱུལ་སོགས་རྟགས་ཐུབ་བྱ་  
ཡོད་པ་ལ་གྲུབ་པ་ཐོབ་འདུག་སྒྲུ་མ་པ་དང་། རེ་འགའ་གཉིད་གྱི་དུས་དང་། རེས་  
ཤེས་གྱི་སྒྱོད་ལམ་འདྲེས་པ་རེད་སྒྲུ་མ་པ་སོགས་སྒོམ་སེམས་ཆེན་པོ་རྣམས་སྒྱེ་འོང་།  
སྐབས་དེར་སྒྲུ་མ་འི་གདམས་རག་གི་ངོ་སྒྲོན་དམ། རང་གིས་སོ་སོར་རྟོགས་པའི་  
ཤེས་རབ་གྱིས་མ་འབྱེད་ན། ཉམས་རྟོགས་པར་སྒོམ་ནས་དེར་ཤོར་ཉེན་ཡོད། དེ་  
ཁོ་ནས་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་མི་ནུས་པའི་ཡུང་མང་དུ་གསུངས་འདུག་གོ།

གསུམ་པ་སྒྱོན་དག་ཚུལ་ནི། སྒྲོབ་དཔོན་བསྐྱས། ཅེ་གཅིག་གི་ཚུལ་རྫོགས་ཅན་  
སྤང་བ་སེམས་སྒྱུ་ཤེས་པས་ལས་གྱི་སྒྲིབ་པའི་སྒྱོན་དག རན་སོང་དུ་མི་སྟོག ཉོན་  
མོངས་པའི་བདུད་ཆོམ་མོ། ཁྱེས་གསུངས་སོ། ཁའི་པ་ཡོན་ཉན་སྒྱེ་ཚུལ་ནི། སྒྲོབ་  
དཔོན་བསྐྱས། ཡོན་ཉན་སྒྲོབ་དཔོན་སྒྲུ་མར་གར་བས་འཁོར་བ་ལས་སྒྲོ་སྟོག ཆོས་  
ལ་དགའ་བ་དང་། བྱོད་པ་སྒྱེ་སྟེ་སྒྲོ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་འགྲོ། ཆོགས་སྒྲོར་གྱི་ལམ་གྱི་ཡོན་  
ཉན་སྒྱེ། ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཨ་འབྲས་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་བསྒྲིགས་ཤེས། སྒྲུ་མ་སངས་  
རྒྱས་སྒྲུལ་སྒྲུར་མཐོང་ནས་གསོལ་བ་བཏབ་ན་ཕྱིན་རྒྱབས་འདུག རང་དོན་བརྒྱུ་བ་  
པའི་དུས་ལ་བབ་པས་ཐེག་པ་དང་བརྒྱན་ན་ཉན་རང་དང་མཐུན། ཁྱེས་གསུངས་སོ། །  
ལྷ་པ་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་པོགས་འདོན་ཅིང་གོང་མ་ལ་སྒྲུར་ཚུལ་ནི། བྱ་བུལ་བས། དེ་  
ལྟར་ཅེ་གཅིག་རང་ཚུལ་རྫོགས་ཅན། རང་སྐབས་སྒྱོན་དག་ཡོན་ཉན་ཐམས་ཅད་  
སྒྱེ། དེ་ཡི་དྲུངས་ཆ་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་སྒྲོང་། སྒྲོང་ཚུལ་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་  
ཟུང་འབྲེལ་གྱིས། །

ཅས་པས། ཅེ་གཅིག་གི་རྣལ་འབྱོར་ནི་བྱང་ཆུབ་རྒྱུ་བ་པའི་ལམ་ལ་དཔེར་ན་ལྷ་གྲུ་  
འབྱུངས་པ་ཅམ་ཞིག་ཡིན། ཡོ་རྟོག་ལ་མཆོན་ན་ལྷ་གྲུ་འབྱུངས་པས་མི་ཆོག་སྟོན་  
ཐོག་མཐར་མ་ཐུན་པར་སོ་ནམ་བྱེད་དགོས་པ་ལྟར། ཅེ་གཅིག་གི་རྣལ་འབྱོར་ལྟ་བ་  
ཉམས་སྒྱུ་སྒྲོང་ཅམ་ལས་མེད་པས་དེས་མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་ཁུ་ཐོབ་པས་ན། སྒྲུ་

མའི་གདམས་ངག་དང་། རང་གི་ཤེས་རབ་ཟབ་མོ་འམ་མོས་གུས་ཀྱི་ཉིར་ལེན་  
འཛོམ་པའི་སྒོ་ནས་ལྷ་སྒྲོམ་སྒྲིབ་གསུམ་ཡ་མ་བྲལ་བར་ཉམས་ལེན་ལ་བརྟེན་ཅིང་  
གོང་མ་ལ་སྒྱུར་དགོས་ཚུལ་གྱི་ལུང་ཤིན་ཏུ་མང་ངོ་། །

གཉིས་པ་མི་གཡོ་སྒྲོས་བྲལ་ནི། སྤང་བྱ་བྲལ་བས། སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་རྩ་བྲལ་སྤྲོང་བ་  
ཉིད། རྩོམ་གསུང་སྒྲོས་པའི་མཐའ་དང་བྲལ་བར་རྟོགས། རྟོན་དམ་བདེན་མཐོང་  
སྒྲོས་བྲལ་རྣལ་འབྱུང་ཡིན། ཞེས་པས་དེ་ལའང་ལྷ་སྟེ། ངོ་བོ་སྒྱུར་བསྟན་པ། བྱེ་  
བྲག་ཏུ་རྒྱུང་འབྱིང་ཆེ་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ། སྒྲིན་དག་ཚུལ། ཡོན་ཏན་སྒྲེ་ཚུལ། ཉིང་དེ་  
འཛིན་དེ་བོགས་འདོན་ཅིང་གོང་མ་ལ་སྒྱུར་ཚུལ་ལོ། རང་བོ་ངོ་བོ་སྒྱུར་བསྟན་པ་ནི།  
འོག་མ་རྩེ་གཅིག་གི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཞེན་པའི་དྲི་མ་ཅན་དེ་གཅོད་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ལ་  
མཁས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་པར་བྱས་ནས། དེའི་དྲངས་ཆ་རྟོགས་པའི་ལྷག་  
མཐོང་ངམ་སྒྲོས་བྲལ་གྱི་རྣལ་འབྱུང་མཐོང་ལ། དེ་ལའང་ནང་གསེས་ཅིག་ཅར་བ་  
དང་ཐོད་ཀྱི་ལ་བས་ལྷ་བ་གདིང་དུ་རྒྱུད་ཅིང་སྒྲོམ་པ་ཉམས་ཐོག་ཏུ་ཡེབས། རིམ་  
གྱིས་པ་ཞི་གནས་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷག་མཐོང་སྒྲེ་བར་བཞེད་དེ། ཞི་གནས་ནི་འཛིན་  
ཞེན་དང་བཅས་པའི་བདེ་གསལ་མི་རྟོག་གསལ་སྤྲོང་གི་རང་ལ་རྩེ་གཅིག་ཏུ་གནས་  
པ་ཅམ་ཡིན་པས། འདི་འོག་མ་ལ་ལྷོས་ཏེ་ལྷག་མཐོང་། གོང་མ་སྒྲོས་བྲལ་ལ་ལྷོས་  
ན་འདི་མན་ཆད་ཞི་གནས་ལ་བཞག་པ་ཡིན། ལྷག་མཐོང་ནི་ཞི་ལྷག་གམ། ཐབས་  
ཤེས་སམ། བདེན་གཉིས་སམ། འཁོར་འདས་ལ་སོགས་པའི་གཉིས་ཆོས་ཐམས་  
ཅད་ཡང་དག་པ་ཅི་ལྷ་བ་བཞེན་དུ་སོ་སོར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཡིན། འགའ་ཞིག་  
ལ་ཞི་གནས་ཀྱི་དྲངས་ཆ་ལ་ལྷག་མཐོང་གི་རྟོགས་པ་བདེ་བྲག་ཏུ་སྒྲེས། འགའ་ཞིག་  
ལ་ཞི་གནས་ཀྱི་སྒྲིགས་མ་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་གསལ་བཞེན་དུ་སྤྲོང་། སྤྲོང་བཞེན་  
དུ་གསལ།

གསལ་སྤྲོང་དབྱེར་མེད་སྒྲུམ་པའི་ངེས་ཤེས་གཏིང་ནས་སྒྲེ་བའི་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཉམས་  
ཞེན་བརྟན་ཆ་ཅན་རི་བརྟུག་པ་ལྷ་བྱ་ཡོད་པ་དེ་བཞིག་ནས་ལྷག་མཐོང་ལ་སྒྱུར་  
དགོས་ཀྱང་རང་སྤྲོ་བས་ཀྱི་བཞིག་དཀའ་བས། སྒྲ་མ་བཟང་པོའི་གདམས་ངག་



དང་། རང་གི་མོས་གྲུས་ལམ་དུ་སྒྲིང་བའམ་ཤེས་རབ་ཟབ་མོས་ཟིན་པར་བྱས་ཏེ།  
 བྱིན་པ་གི་གཡེང་བ་སྤངས་ནས་བསྐྱོམ་པར་བྱས་ན་ལྷག་མཐོང་གི་ངོ་བོ་མཐོང་བར་  
 འགྱུར་ལ། གང་མཐོང་ན་རང་གི་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་གཟོད་མ་ཉིད་ནས་སྒྲིང་ཉིད་མཐའ་  
 ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་དེ་མཐོང་། གང་གིས་མཐོང་ན་རང་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས།  
 ཅེ་མཐོང་ན་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་གཉིས་མེད་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་རམ་སྒྲོས་བྲལ་གྱི་  
 རྣལ་འབྱོར་རོ། །

དེ་ལ་ཅེ་གཅིག་དང་སྒྲོས་བྲལ་གྱི་བྱུང་པར་ནི། རྣམ་རྟོག་ཆོས་སྐྱུར་རྟོགས་མ་རྟོགས་  
 ཡིན། ཅེ་གཅིག་མན་ཆད་མཐར་འཛིན་གྱི་ཉམས། འདི་ནི་མཐའ་བྲལ་ཆོས་སྐྱུ། ལྷ་  
 མ་ནི་འཇིག་རྟེན་པའི་སྒྲོམ། འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་སྒྲོམ། ལྷ་མ་དོན་  
 དམ་བཅུགས་པ་བ། འདི་ནི་དོན་དམ་མཚན་ཉིད་པ། ལྷ་མ་ཉམས་ཀྱི་ལྷག་མཐོང་།  
 འདི་ནི་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་། ལྷ་མ་ཞིག་ནས། འདི་ནི་ལྷག་མཐོང་། ལྷ་མ་སེམས་  
 ཀྱི་རང་བཞིན། འདི་ནི་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ། ལྷ་མ་རྣམ་པར་མི་རྟོགས་པའི་སྒྲོམ། འདི་  
 བྱིན་པ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས། ལྷ་མ་མོས་བས་སྒྲིང་པའི་ས། འདི་ནི་བྱུས་པ་  
 སྒྲིང་པའི་ས། ལྷ་མ་རྗེས་དཔག་གི་ཚད་མ། འདི་ནི་མངོན་སུམ་ཚད་མ། ལྷ་མ་ཐབས་  
 ཅམ་ཡིན་ལ། འདི་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་དངོས་གཞི་ཡིན་ཚུལ་སོགས་མང་དུ་གསུངས་  
 པའི་དོན། གཞིའི་གནས་ལུགས་གདོད་མའི་དབྱིངས་རང་བཞིན་གྱི་རྣམ་པར་དག་  
 པ། འཁོར་འདས་གང་གི་འང་མ་རིག་ འདུས་མ་བྱས་པའི་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་སྒྲིང་ཉིད་  
 སྒྲོས་པའི་མཐའ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་དེ་རྟོགས་པའི་དུས། དཔེར་ན་ཐེ་ཆོམ་བྲལ་  
 བ་མ་དང་ལུ་འཕྲད་པ་ལྷ་ལུའི་རིག་པ་ཆོས་སྐྱུའི་ངོ་བོ་རྟེན་མེད་གཅེར་ལུ་ཟང་མར་  
 ལུད་དེ། ཀོལ་ཤོར་གྱི་འཕྲང་ཐམས་ཅད་དུས་གཅིག་ཏུ་ཆོད་དེ། འཁོར་བའི་ལྷག་  
 བསྐལ་ལས་གྲོལ་ནས་སྤྱིར་མི་ལྷག་པ་སེམས་ཉིད་ཆོས་སྐྱུའི་གདུན་སྤྱིད་ཟིན་པ་ནི།  
 རྣལ་འབྱོར་ལྷ་ལྷ་སྤྱིད་ཐོག་པ་བཞིན་དུ། ལྷ་མ་ལ་སངས་རྒྱལ་དངོས་སུ་མཐོང་  
 ཞིང་མི་ལྷག་པའི་དད་པ་གཏིང་ནས་སྒྲེ། སེམས་ཅན་ལ་བྱམས་སྤྱིང་རྗེ་བཙོན་མིན་  
 དམིགས་མེད་བྱམ་གདལ་ཏེ། ལྷ་མ་དང་སེམས་ཅན་རང་སེམས་སོགས་གཉིས་

རྟོག་གི་མཚན་མ་ཐམས་ཅད་གཉིས་མེད་ཀྱི་ངང་དུ་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་བསྐྱེམ་བྱ་སྐྱེམ་  
བྱེད་དང་བྲལ་བའི་གྲུ་ཡངས་སྒོ་བདེའི་དགའ་བ་གཏིང་ནས་སྒྲུ་ཞིང་། སྤར་གྱི་གོ་  
ཚུང་རྟོགས་པའི་གཟུང་འཛིན་གྱི་རྟོག་པ་བྱ་ལམ་རྗེས་མེད་དཔེས་མཚན་དུ་མེད།  
ཚོག་གིས་བཟོད་དུ་མེད། སྒྲོས་གཞལ་དུ་མེད། སྤར་བཏགས་ཀྱི་ཚོས་ཐམས་ཅད་  
སེམས་སྤྲུ་ཤེས་ཤིང་། སེམས་སྤོང་བ་སྒྲོས་པ་དང་བྲལ་ནས་ཤེས་བྱའི་ཡུལ་ལས་  
འདས་པས་ཐ་སྟད་ཀྱི་གདགས་གཞི་མ་གྲུབ། སྒོ་དང་ཡིད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་བྱར་མི་བཏུབ་  
པས་ཡུལ་མེད་དུ་རང་ངོ་ཤེས་པ་ལ་འཛིན་མེད་ཀྱི་སྒྲོ་འདོགས་ཚད་པ་ནི་སྒྲོས་བྲལ་  
གྱི་ངོ་བོ་མཐོང་བའོ། །

ཞེས་ལུང་གིས་རྒྱབ་སྐྱོར་བཅས་གསུངས་འདུག་གོ། །གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་རྒྱུང་འབྱིང་  
ཆེ་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་ལ། མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤད་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། བྱ་  
བྲལ་བས། རྟོགས་དང་གོམས་དང་མཐར་ཕྱིན་རྒྱུང་འབྱིང་ཆེ། ཞེས་བས། སེམས་  
ཀྱི་ངོ་བོ་སྤོང་ཉིད་སྒྲོས་པའི་མཐའ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་དང་པོ་རྟོགས་ཏེ། དེས་  
ཤེས་སྒྲུ་བའི་ཆ་ནས་སྒྲོས་བྲལ་རྒྱུང་དུ། དེ་ལ་བྱན་པ་ཡེངས་མེད་ཀྱི་ངང་དུ་བསྐྱེམས་  
པས་སྤང་བྱ་བྱ་བགས་རྒྱམས་རིམ་པར་ཆོད་ཅིང་། རྟོགས་པའི་དོན་ལ་གོམས་འདྲིས་  
བརྟན་གསུམ་ཐོབ་པ་ནི་འབྱིང་པོ། བརྟན་པ་ཐོབ་ནས་གདིང་དུ་གྱུར་ཏེ། {སྒྲོས་བྲལ་  
རང་རྒྱབས་ཀྱི། མཚན།} ཕྱི་ནང་གི་ཚོས་ཐོས་བསམ་ཐམས་ཅད་ལ་སྒྲོ་འདོགས་ཚད་པ་  
ནི་ཆེན་པོ་འོ། །ལར་ཕྱིན་གྱིས་མཐོང་ལམ་དང་མཚུངས་པར་སྟོན་པས་མིང་དེ་སྤྲད་  
དུ་བཏགས་པ་མཐོང་ལམ་གྱི་རྣལ་འབྱོར་རྒྱུང་འབྱིང་ཆེ་གསུམ་ལས། དང་པོ་རྒྱུང་  
དུའི་རྣལ་འབྱོར་ནི། གྲོལ་ཏིག་ལས། མཁན་པོ་ཉིད་དང་གནས་ཉམས་དེ་དག་ཡུལ་  
ཡུད་ནས་སེམས་མེད་སྤོང་བ་དྲི་མེད་མཁའ་ལྷར་རྟོགས་པ་ནི་སེམས་ལམ་རྒྱུང་  
དུའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་བྱ་དེ་ཉིད་ཡིན་སྟེ། ཞེས་སྤར་གྱི་ཚེ་གཅིག་པའི་རྣལ་འབྱོར་དེ་  
ཟབ་ཟབ་དང་གོ་བ་རྒྱམ་པོ་ལ་མ་ལུས་པར་རིག་པ་ལ་ངར་ཆ་བཏགས་ཏེ་བསྐྱེམས་  
པས་གནད་དུ་སོང་ན།

རང་གི་མོས་གྲས་དང་། སྤྱ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་རྣམ་པས་ཆན་ལ་ཡལ་བཏབ་པ་ལྟ་



བུ་ལས། གྲུ་ཡངས་ལྟོ་འཛོལ་གྱི་སྤྲད་དུ་མ་ཡིན་པར། སྐབས་འདིར་སྒྲིབ་ཐག་པ་  
 བས་སེལ་དེ་སྤུལ་འགྲིམ་པ་ལྟར་དུར་ཁྱོད་ལྟུང་བའི་སྤྲད་ལུལ་ཟབ་མོ་ལྟོངས་འཕྱུགས་  
 འཛིགས་སྒྲག་ལ་སོགས་པ་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུན་གྱིས། སྤར་གཉེན་པོའི་གཙུག་པས་  
 སྒྲོམ་གསལ་སྤྲོད་ཅམ་དུ་ཁས་ལེན་དང་དམིགས་གཏད་ཡོད་པའི། བདེ་བདེ་མོ་སྒྲོ་  
 སྒྲོ་མོ་སྒྲོམ་བྱེད་གྱི་མཁན་པོ་དང་ཞེ་གནས་གྱི་མྱོང་བ་སྤྲད་མ་ཅུ་ལ་འབྱར་བ་ལྟ་  
 དེ་གཏན་ཡལ་དུ་སྤོང་ནས། ཤེས་པའི་ངོ་བོ་གསལ་ལ་རྟོག་མེད་གྱི་ངང་དུ་འཁོར་འདས་  
 གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་སར་དག ཡོད་མེད་རྟག་ཆད་ལ་སོགས་པའི་ཁས་ལེན་དང་  
 བྲལ་བ་ནམ་མཁའི་དཀྱིལ་ལྟ་བུ་ཞིག་འཆར་བ་དེ་ལ་མ་དུ་སྤྲད་པས་སྒྲོམ་བྲལ་ཆུང་  
 དུར་བཏགས། འདིའི་ཆེ་ཤོས་པ་ཉུང་བ་དང་། སྤྲུམ་དམ་པས་མ་ཟིན་པ་རྣམས་སྤར་  
 གྱི་བདེ་གསལ་མི་རྟོག་པའི་ཉམས་དེ་ཡལ་བས། ངའི་སྒྲོམ་པོར་བའམ་སྒྲུམ་ནས་  
 ཅབ་ཅུབ་སྒྲོ་མང་ཅི་ཡང་དུན་ཞིང་ཡི་ཐུག་སྒྲེ་བའང་འདུག་གོ།  
 རྒྱུ་པ་ཆེ་བ་དག་སྒྲོམ་མེད་ཨོ་དེ་འདི་ཁ་ཡིན་སྒྲུམས་ཏེ་འགྲོ་དོན་ལ་རིངས་པས་  
 གཡེང་བས་ཁྱེར་བའང་འདུག་གོ། དེའི་ཆེ་དེ་དག་ཐོགས་སུ་ཤེས་པར་བྱས་ཏེ་སེམས་  
 ཁུམ་པ་དང་ཁེངས་པའི་ཕྱོགས་ལྟར་གཉིས་ཀ་སྤྲད་ནས་ད་ལྟའི་དུན་པ་དེ་ཁས་སྒྲོམ་  
 གོ་ཆོད་པར་བྱའོ། འདི་ཤེས་པའི་རར་གདངས་བྲལ་བའི་ལུང་མ་བསྟན་གྱིས་གཏད་  
 མེད་དང་མ་ཞོར་བ་གལ་ཆེ་བ་ཡིན་ཅོ་གསུངས་སོ།།  
 གཉིས་པ་རྒྱས་སྒྲོམ་གྱི་གོ་བ་བཤད་པ་ལ་རྣལ་འབྱོར་བཞི་རིམ་པས། ཡང་ཆུང་དུ་  
 རིག་སྤྲོད་ལམ་སྤྲོད་ངེས་ཤེས་སྒྲེ། ཞེས་པས། སྒྲོམ་བྲལ་ཆུང་དུ་ནི་བདག་མེད་གཉིས་  
 གྱི་དོན་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པར་འདོད་ལ། འོག་མ་ཅུ་གཅིག་པའི་དུས་གྱི་གསལ་  
 སྤྲོད་ཕྱོགས་གཅིག་པ་དེ་ངེས་ཤེས་མྱོང་ཞེན་གྱི་དྲི་མ་རགས་པ་དང་བཅས་པའི་ཟག་  
 བཅས་གྱི་ཉམས་ཡིན། འདིར་ཉམས་ཞེན་གྱི་དྲི་མ་རགས་པ་དག་ཅིང་སེམས་གྱི་ངོ་  
 བོ་སྤྲོད་ཉིད་སྒྲོམ་མཐའ་དང་བྲལ་བ་རྟོགས་པས་ན། ཟག་མེད་གྱི་ལྷག་མཐོང་ལུང་  
 བོ་ལྟ་བྲལ་གྱི་རྟོགས་པ་ཡིན་གསུངས། དེའང་དངོས་པོའི་ངོ་བོ་མེད་པས་གཟུགས་  
 གྱི་ལུང་པོ་དང་བྲལ། མྱོང་རིག་འཛིན་པ་དག་པས་ཆོར་ལུང་དང་བྲལ། ཐ་སྤྲད་གྱི་

གཏད་སོ་མེད་པས་འདུ་ཤེས་ཀྱི་ཕུང་པོ་དང་བྲལ། ཀྱན་སྦྱར་གྱི་སེམས་པ་མེད་པས་  
 འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཕུང་པོ་དང་བྲལ། དེས་ཤེས་ཡུལ་འཛིན་དང་བྲལ་བས་ནམ་ཤེས་ཀྱི་  
 ཕུང་པོ་དང་བྲལ་བར་རྟོགས་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དགོངས་པ་ནལ་འབྱོར་པས་མཛོན་  
 སུམ་བྱང་དོན། {མཆན།} དུ་བྱས་པ་ཡིན།

དེ་ལྟར་རྟོགས་པའི་ངོ་བོ་ལ་གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ། ལྷ་སྒྲོམ་སྦྱོང་གསུམ། གོ་སྦྱོར་  
 རྟོགས་གསུམ། འཁོར་འདས་ལམ་གསུམ། སྤང་རིག་སྦྱོང་གསུམ་སོགས་ཤེས་བྱར་  
 བཏགས་པ་ནམས་དེས་བཟུང་གི་མཐའ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་དེ་སྦྱོང་པས་ན་སྦྱེ་བའི་  
 མཐའ་དང་བྲལ། སྦྱོང་ཆད་མིན་པའི་སེམས་ཉིད་སྦྱོང་པའི་རང་མདངས་རང་རིག་  
 རང་གསལ་བས་འགགས་པའི་མཐའ་དང་བྲལ། དེ་དག་གསལ་རིག་མ་འགག་པས་  
 ཆད་པའི་མཐའ་དང་བྲལ། ངོ་བོ་སྦྱོང་པས་རྟག་པའི་མཐའ་དང་བྲལ། རིག་སྦྱོང་  
 དབྱེར་མེད་པས་ཐ་དད་ཀྱི་མཐའ་དང་བྲལ། གཉིས་མེད་ཟུང་འཇུག་གི་ཐ་སྦྱང་གྱུར་  
 མེད་པས་གཅིག་ཤུའི་མཐའ་དང་བྲལ། དེ་ལྟར་མཐའ་བྲལ་ཆེན་པོ་དེ་འདས་པའང་  
 མ་ཡིན། མ་འོངས་པའང་མ་ཡིན། ད་ལྟ་པོ་འང་མ་ཡིན། གང་ནས་གྱུར་མ་འོང་བས་  
 འོང་པའི་མཐའ་དང་བྲལ། གང་དུ་འང་མི་འགྲོ་བས་འགྲོ་བའི་མཐའ་དང་བྲལ།  
 གར་ཡང་མི་གནས་པས་གནས་པའི་མཐའ་དང་བྲལ་བའོ། །

མཐའ་བྲལ་གྱི་དོན་དེ་ལ་དེས་ཤེས་གཏིང་ནས་སྦྱེས་པས་སྦྱོང་ཞེན་ཉམས་ཀྱི་དྲི་མ་  
 དང་། དེས་ཤེས་ཡུལ་འཛིན་གྱི་དྲི་མ་ཕྱ་བ་ཡོད། དེ་མཆོད་ཀྱི་བར་དུ་སྦྱོས་བྲལ་  
 རྒྱུར་དུ་ཡིན། འདིའི་དུས་སུ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་སྒྲོངས་པའི་མ་རིག་པ་སངས་གྱུར་།  
 ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་སྒྲོངས་པའི་མ་རིག་པ་མ་སངས། སྦྱོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་རྟོགས་གྱུར་།  
 སྤང་ཆའི་རྟེན་འབྲལ་མ་གོ་བས་སྦྱོང་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་དེས་ཤེས་ཏེ་ཅང་ཐལ་ཆེ་བས།  
 དགོ་སྤྲེག་གི་རྒྱ་འབྲས་འཁོར་འདས་ལམ་གསུམ་གང་ཡང་མ་གྲུབ། ཐམས་ཅད་  
 སྦྱོང་ཉིད་ཡིན་སྟུམ་དུ་ལས་རྒྱ་འབྲས་ཁྱད་དུ་བསད་ནས་ནག་པོ་ཁ་འབྱམས་བདུད་  
 ལྷས་རང་གཞན་ཕུང་ལ་སྦྱར་བ་ནི། སྦྱོང་ཉིད་ཤེས་བྱའི་གཤིས་ལ་ཤོར་བ་འཇམ།  
 སྦྱོང་པ་ཕྱང་ཆད་ལྷ་བའི་བདུད་ཅེས་པ་འཇམ། སྦྱོང་ཉིད་ཐལ་དུག་ཆད་པའི་མཐའ་རུ་



གོལ་བྱ་བའང་དེ་ཡིན་པས་སྤང་བྱར་ངོ་ཤེས་དགོས། སེམས་ཉིད་ངོ་བོ་སྤྱོད་པའི་  
གཤིས་ཅི་ཡང་མ་ཡིན་པའི་གནད་ཀྱིས། རྒྱུན་གྱིས་ཅིང་ཡང་བྱར་བརྟུངས་ཏེ། དག་  
བས་མཐོ་མིས་དང་། མི་དག་བས་ངན་སོང་། གནས་ལུགས་རྟོགས་པས་སངས་རྒྱུས།  
མ་རྟོགས་པས་ལའོར་བར་འབྱམས་པ་སོགས། སྤྱོད་ཡུལ་མི་འདྲ་བ་སྣ་ཚོགས་པའི་  
རྒྱུན་གྱིས་བསྐྱར་བས་སེམས་ཉིད་འགགས་པ་མེད་པའི་རང་སྤང་སྣ་ཚོགས་སུ་སྤང་  
བའོ། །

རྣལ་འབྱོར་པ་ཉམས་རྟོགས་ཀྱི་གདིང་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་ཡང་ལས་ལ་དབང་མ་ཐོབ་  
ཀྱི་བར་དུ་རྒྱ་འབྲས་སྤྱ་ཞིང་སྤྱ་བ་ནས་སྤང་བྱང་མ་བྱས་ན་རྣལ་རྟོག་མ་ཟད་བར་དུ་  
ལས་ཡོད་པས་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་གལ་ཆེ། རྟག་ཆད་སོགས་ཞེན་འཛིན་སྤྱ་  
བའི་སྤྱ་བ་དང་ཡང་སྤྱས་བཅིང་བ་མཛོན་གྱུར་མེད་པས། དེའི་ཕྱིར་མཉམ་རྗེས་  
ཐམས་ཅད་དུ་རགས་གཙུན་སྤྱ་གཙུན་རར་གཙུན་དབྱིངས་གཙུན་གྱི་རང་དུ་བསྐྱོམས་  
པས་ན། སྤྱོས་བྲལ་ཞེས་པའི་དོན་པོ་རྟག་ཆད་ཀྱི་མཐར་མ་ལུང་བས་མཐའ་དང་  
བྲལ་བ་མི་རྟོག་པ། སྤྱོད་པའི་རང་མདངས་རང་རིག་རང་གསལ་བ་ནི་གསལ་བ།  
གསལ་སྤྱོད་དབྱེར་མེད་གཟུང་འཛིན་སྤྱོས་མཚན་ལས་འདས་པ་ནི་བདེ་བའོ། །དེ་  
ལྟར་སོ་མ་མ་བཅོས་ལྟག་པ་གསུམ་གྱི་རང་དུ་གཏུག་བསྐྱིངས་ཤིང་བསྐྱོམ་པ་ནི་མཉམ་  
བཞག ད་དུང་དུན་པ་ཡངས་ན་རྗེས་ཐོབ་དུ་འགོ་ཡང་རྗེས་ཤེས་ཀྱི་རྟོག་པ་སྤྱོམ་  
ལྟར་ཤར་བ་ནི་སྤྱོས་བྲལ་གྱི་རྗེས་ཤེས་སུ་འདོད་ཀྱང་། རྗེས་ཤེས་སྤྱོས་བྲལ་མཉམ་  
བཞག་དུས་ལྟར་མ་ཤར་བ་ལ་ངོ་མ་ཤེས་པའི་དྲི་མ་དཔེར་ན་མི་འགོ་ལྷལ་དུ་མི་རྗེས་  
དོད་པ་བཞིན། མཉམ་བཞག་སྤྱོད་ཉིད་ལ་རྗེས་ཤེས་སྤྱོམ་ཤར་བ་ནི་རྗེས་ཤེས་  
མཚན་ཉིད་པ་མིན་པའི་རྟགས་སུ། དུན་པས་ཟིན་ན་མཉམ་བཞག་གི་ཐོག་དུ་སོག་  
འགོ་བདེ་མཉམ་བཞག་ཀྱང་མཚན་ཉིད་པ་མ་ཡིན། སྤྱོས་བྲལ་མཉམ་རྗེས་འདྲེས་  
དགོས་ཟེར་བའི་དོན་ཡང་དེ་ཡིན་པར་འདུག།

སྐབས་སྐབས་སུ་རྗེས་ཤེས་ཨ་འཐས་ལལ་ཆེར་དུན་པས་ཟིན་དུས་གསལ་སྤྱོད་དུ་  
ཤར་བ་དེ་ཅེ་གཅིག་གི་དུས་སུ་མཉམ་བཞག་སྤྱོས་བྲལ་གྱི་རྗེས་ཤེས་ཅམ་དུ་འདོད་



པས་ཉམས་ཐོག་ཏུ་མི་ཤོར་བར་དོ་རྩམ་འཕྲོད་པ་གལ་ཆེ། ལྷང་རྟོག་གང་རུང་ཐོལ་  
གྱིས་ཤར་ཆེ་རིང་ཁར་མི་གཏོང་བར་རང་ངོར་བལྟས་པས་ངོ་བོ་རང་སྟོང་དུ་ཤར་བ་  
ལ་རགས་གཙུན་ཞེས། དེའི་ངང་ལ་སྟོང་ཅིང་གཙུན་པས་སྟོང་འཛིན་གྱི་ཞེན་པ་གཙོད་  
པ་ཐུ་གཙུན་ཞེས། ཞེན་མེད་གྱི་སྟོང་ཉིད་སྟོས་བྲལ་དེ་ལ་ངར་བཏོན་ནས་དོ་རྩམ་  
སྟོད་པ་ངར་གཙུན་ཞེས། དེ་ལྟར་གཙུན་སྟོད་གཉིས་སྟེལ་ཞིང་བསྟོམས་པས་གོམས་  
འདྲིས་བརྟན་གསུམ་བྱེད་པ་ལ་དབྱིངས་གཙུན་ཞེས། དེ་ལས་དྲན་པ་ཡེངས་ནས་རྗེས་  
ཤེས་གྱི་རྟོག་པ་རང་ཁར་སོང་ན་སྟོན། རང་ངོ་ཤེས་ན་ཡོན་ཏན། ཨ་འཐས་སུ་ཤོར་  
ན་སྟོན། ལྷ་མར་ཤར་ན་ཡོན་ཏན་ནོ། །

གོང་གི་གཙུན་ལུགས་བཞི་འདི་རྩེ་གཅིག་ཆུང་དུ་ནས་བཟུང་སྟོམ་མེད་ཆེན་པོའི་བར་  
མེད་དུ་མི་རུང་བའི་གང་མས་པ་བྱུང་བར་ཅན་ཡིན་འདུག དེ་ཡིན་ཚུལ་ཤེས་ན་ལྷ་  
སྟོམ་ལམ་ཁྱེར་གྱི་སྟོད་པ་ཞེས་གྲགས་པ་འདི་ཁོ་ནར་ངེས་པས་སོ། །དེ་ཕྱིར་དྲན་པ་  
སྟོད་ཅིག་གྱང་ཡེངས་པ་མེད་པར་བསྟོམས་པས་ངོ་ཤེས་པ་ནི་ཆུང་དུའོ། །གཉིས་པ་  
པར་ཕྱིན་འབྲིང་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ནི། གྲོལ་ཏིག་ལས། སྟོང་འཛིན་ཡིད་ཆོས་ཉམས་  
གྱི་དྲི་མ་དེ་བྱུང་ཅིང་། གང་ཤར་དྲན་རྟོག་ཡུལ་མེད་རྩ་བྲལ་རྟོགས་པ་ནི་། མཐོང་  
ལམ་འབྲིང་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་བྱ་དེ་ཉིད་ཡིན་ཞེས་པས། ལྷར་གྱི་གསལ་སྟོང་  
ནམ་མཁའི་དགྱིལ་ལྷ་བྱ་ཡོད་མེད་རྟོག་ཆད་གྱི་མཐའ་ལས་འདས་པ་དེ་ལ་ངེས་ཤེས་  
སྟེས་པའི་སྟོང་འཛིན་ཐུ་མོ་ཡོད་པ་དེ་སྟེལ་གྱི་ཤུན་པ་ལྷར་བྱུང། རྟོག་པ་གང་ཤར་ལ་  
ཅིར་འཛིན་གྱི་དྲན་པས་རྒྱས་འདེབས་བྱེད་མ་དགོས་པར་རྣམ་རྟོག་རང་སྟོང་གཞི་མེད་  
རྩ་བྲལ་དུ་ཤར་བ་ཞིག་འོང་། འདི་ནི་དྲན་པ་ཅམ་གྱིས་ངོ་བོར་སྟེལ་གྱིས་འགོ།  
དྲན་པས་གསལ་མ་ཐེབས་ན་ཐ་མལ་པ་དང་བྱུང་མེད་པས། འདིའི་ཆོ་མ་ཡེངས་  
མི་སྟོམ་ལ་ལྷ་བའི་མཐིལ་བཙོལ་བ་ཡིན་ལ་མ་དུ་སྟེལ་སྟོས་བྲལ་འབྲིང་པོར་  
བཏགས་སོ། །

ཞེས་གསུངས། རྣལ་འབྱོར་བཞི་རིམ་པས། ཡང་། འབྲིང་པོ་སྟོང་ཞེན་ངེས་ཤེས་  
རིམ་གྱིས་དག ཁྱེས་པས་སྟོས་པའི་མཐའ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་ཆོས་ཉིད་རང་



ཀླད་དུ་ཡུལ་མེད་ལྷང་པེར་སོང་བའི་དུས་ནི་སྒྲོན་བྲལ་འབྱིང་པོ་ཡིན་ལ། མྱོང་སྤང་  
 རགས་པ་ཆོད་ཀྱང་ཅེ་མོའི་སྒྲོན་པ་བ་དང་སྤང་བའི་སྤང་བ་ཡང་སྤྲུལ་མས། ས་བདུན་པ་  
 མན་ཆད་ལ་ཡོད་གསུངས། ཅེ་མོའི་སྒྲོན་ནི་མྱོང་སྤང་ཡིན་ཏེ། མཉམ་བཞག་གི་མྱོང་  
 སྤང་དང་རྗེས་ཤེས་ཀྱི་མཆོན་མ་གཉིས་ལ་འདུ། དེའང་ཕྱི་མཆོན་ནོར་བའི་མྱོང་སྤང་།  
 རང་མཆོན་འབྲལ་བའི་མྱོང་སྤང་དང་། རང་མཆོན་མ་འབྲལ་བའི་མྱོང་སྤང་དང་  
 གསུམ་ལས། དང་པོ་སྤྲུལ་སྤྲེགས་རྟག་ཆད་སྒྲོམས་འཇུག་དགུ་སོགས་ལོག་རྟོག་  
 དང་ཕྱོགས་རྟོགས་གོལ་ཤོར་དུ་སོང་བའི་ཉམས་མྱོང་ལ་ཞེན་པའོ། །  
 གཉིས་པ་ཕྱི་མཆོན་ནོར་བའི་གོ་རྟོགས་ཡོད་ཀྱང་ཉམས་མྱོང་གི་ལག་ལེན་འབྲལ་  
 པའོ། །གསུམ་པ་ཉམས་རྟོགས་ལ་ནོར་འབྲལ་མེད་ཀྱང་ཞེན་འཛིན་སྤྲུལ་གསུམ་གྱིས་  
 བཅིངས་པ་རྣམས་སོ། དེ་རེ་རེ་ལའང་སྤྲུལ་རགས་མང་དུ་ཡོད་གསུངས། རྗེས་ཤེས་  
 ཀྱི་མཆོན་མ་བཟང་རྟོག་ རན་རྟོག་ བར་རྟོག་ རྟོག་མེད་ལུང་མ་བསྟན་པ་དང་བཞིར་  
 འདུས་ཀྱང་རེ་རེ་ལའང་སྤྲུལ་རགས་མང་དུ་ཡོད་གསུངས། དེ་ལྟ་བུའི་སྤང་བྱ་སྤྲུལ་རགས་  
 རྣམས་གཅོད་པར་བྱེད་པ་ལ། རྒྱུད་ཅིག་ཀྱང་ཡོངས་མེད་ཀྱི་རྩན་པས་གང་གར་རྒྱུད་  
 ཅིག་མ་རང་ཐོག་ཏུ་སྤྲུལ་གཙུན་རང་གཙུན་བྱེད། རྒྱབས་འདིར་སྐྱེན་དུག་པོ་དང་འཕྲད་  
 དུས་སྐྱེན་དབང་དུ་ཕྱུང་བཟང་འགྲོ། སྐྱེན་མེད་ཀྱི་དུས་སྤྲུལ་པས་ཐེན་ཐོག་ནས་འཇུག་  
 པ་སྤྲུལ་རགས་ཐམས་ཅད་སྤོང་ཉིད་སྒྲོན་བྲལ་གྱི་རང་ལ་རང་གོལ་དུ་འགྲོ་བས་ན་འཇུག་  
 པ་ལས་དུ་སྤོང་བ་ཞེས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་འཇུག་པ་ལས་དུ་སྤོང་བ་སྤོང་བྲལ་འབྱིང་  
 པའི་རྒྱབས་འདིར་སྤྲུང་དགའི་སྤྲུལ་གནད་ལྷུད་ཐོག་ཏུ་གཤམ་པ་རྣམས་ཡོད་པ་དཔེ་དང་  
 བཅས་པ་གསུངས་ཀྱང་། དོན་སྤྲུལ་མའི་མན་རག་གིས་ངོ་མ་སྤྲུང་ན་རང་སྤྲུལ་གྱིས་  
 རིག་དགའོ། །

སྤང་བྲུ་རགས་པ་རྣམས་གཅོད་བྱེད་ཀྱི་གཉེན་པོ་རྩོལ་བའི་སྤྲིབ་བྱེད་སྤྲུལ་མོ་དེ་གང་  
 གར་གྱི་རྒྱུད་ཅིག་མར་རང་ཐོག་ཏུ་སྤྲུལ་གཙུན་རང་གཙུན་བྱེད་དགོས་ཀྱང་། སྤྲུངས་  
 དགའི་སྤྲུལ་གནད་མཆོད་ཀྱི་བར་དུ་སྤོང་ཤེས་པ་གལ་ཆེ། གཙུན་སྤོང་སྤྲེལ་མ་མ་  
 ཤེས་ན་གཉེན་པོས་རྩོལ་བའི་སྤྲིབ་བྱེད་འཇུར་བུའི་དུན་པས་འཆིང་ངོ། །སྤོང་ཤེས་

ན་སྤང་བྱ་རང་གྲོལ་དུ་ངོ་ཤེས་ནས་ཆོད་ཐུབ་པ་ལོ། །དེ་འང་རྒྱལ་པ་ཆོད་པ་ཙམ་དུ་  
 མི་བཞག་པར་གཙུག་ལྷོད་སྤེལ་ཏེ་བསྐྱོམས་པས་གོང་མ་གོང་མའི་སྤྱ་བ་ཡང་སྤྱ་  
 རྒྱུ་མས་རིམ་པས་སྤོངས་ཤིང་ཆོད་ཐུབ། དེ་ལྟར་མ་བྱས་ན་མེ་ཐལ་བས་གཡོགས་པ་  
 བཞིན་དུ་སྤང་བྱ་ཟད་སར་སྤྱོན་པའི་འབྲས་ལུ་མཐར་སྤྱོན་མི་འོང་། འོག་མ་འོག་  
 མའི་རྒྱལ་པ་རྒྱུ་མས་ཆོད་པའི་མཐུས་གོང་མ་གོང་མའི་སྤྱ་བ་རྒྱུ་མས་རིམ་པས་སྤོངས་  
 ཤིང་ཆོད་ཐུབ་པས་རྟོགས་པའི་སྤྱོད་འདོགས་ཐམས་ཅད་ཆོད་ནས་རྟོགས་པ་རྗེན་པར་  
 ཤར་ཏེ་ངེས་ཤེས་ཡུལ་འཛིན་དང་བྲལ། ཐ་སྤྱད་གྱི་གདགས་ས་མ་རྟོད། སྤྱོད་ཡུལ་དུ་  
 བྱར་མ་བརྟུབས། ལྷ་སྐྱོམ་གྱི་ཁས་ལེན་སྟོར་བས་ཐེ་ཆོམ་འོང་སྟེ། ད་སེམས་ལ་  
 གཏང་སོ་དང་དོན་གྱི་བཞག་ས་འདི་ཡིན་གཅིག་ཀྱང་མི་འདུག སྐྱོམ་རྒྱུ་དང་ཉམས་  
 ལུ་ལེན་རྒྱུ་འང་མི་འདུག ཆགས་སྤང་གི་རྟོག་པ་སོགས་དགག་ནི་མ་རུས། ལུས་ངག་  
 གི་དགོ་སྤྱོར་ཡང་མེད་པར་ཐལ། གནས་སྤབས་གྱི་རྟགས་ཡོན་ཏན་སྟེ་རྒྱུ་འང་མི་  
 འདུག མཐར་སྤྱག་གི་འབྲས་ལུ་འདི་ཐོབ་པ་ཡིན་སྟུང་བའང་མི་འདུག ཅི་ཡིན་འདི་  
 ཡིན་མེད་པ་འདི་བསྐྱོམས་པས་ཅི་ཐན་སྟུང་པའི་ཐེ་ཆོམ་སྟེ་བའོང་། དེའི་དུས་སྤྱོད་  
 ཡོན་ཏན་སྤྱོད་དུ་མཐོང་བ་ཡིན་པས་ཐེ་ཆོམ་མི་བྱ། སྤྱར་གྱི་ཡོད་ཡོད་འདྲ་མོ་རྒྱུ་མས་  
 སྤྱོན་མ་རུང་པ་ཉམས་རྟོགས་དྲི་མ་ཅན་ཞེས་དག་བྱ་ཡིན་ཀྱང་དེ་ལ་དགའ་སྤྱོད་ཡང་  
 མི་བྱ། སྤྱོན་མིན་ཡོན་ཏན་ཡིན་པས་སྤྱར་ཉམས་སྤྱོད་པ་ལ་བརྩོན་པར་བྱའོ། །  
 དེ་ལྟར་བརྩོན་པས་ཉིང་དེ་འཛིན་རྗེ་བརྟན་ལ་སོང་སྟེ་འགྲོ་འདུག་སོགས་སྤྱོད་ལམ་  
 གང་གི་འང་མི་གཞོད་པ་འདྲ་བའོང་བས། དེ་དུས་ད་ཆོག་སྟུང་ནས་བརྩོན་པ་རྗེ་  
 ལྷོད་ལ་ཤོར་ཉེན་ཡོན་པས། དེར་ཤོར་ན་སྤྱར་ཡང་བསྐྱར་ལྟར་གོང་མའི་སྤྱ་དབྱིངས་  
 རྗེ་སྤྱ་རྗེ་ཟུང་ནས་མཁའི་གཏེར་བཞིན་ཐོན་དཀའ་བ་ཟག་མེད་ཟུག་རྗེའི་སྤྱ་དབྱིངས་  
 གལ་ཆེ་བ་རྒྱུ་མས་གཞོད་སྤོངས་ཤིང་ཆོད་དགོས་པས།  
 ཐེ་ཆོམ་དང་ཡིན་སྤྱོམས་སྤངས་ནས་ས་བརྩུའི་རྒྱུན་མཐའ་མན་ཆད་གྱི་སྐྱོམ་སྤངས་  
 སྤྱ་རྒྱལ་རྒྱུ་མས་ཟད་སར་མ་སྤྱོན་གྱི་བར་དུ་ལེགས་པར་བསྐྱོམ་ནས་ཉིང་དེ་འཛིན་  
 མཐར་བསྐྱལ་པ་གལ་ཆེ་ཚུལ་གྱི་ལུང་མང་ངོ་། །གསུམ་པ་པར་སྤྱོན་ཆེན་པོའི་རྒྱལ་



འབྱོར་ནི། གྲོལ་ཐིག་ལས། སྤང་བ་སེམས་སུ་ཤེས་ཤིང་སེམས་ཉིད་ཅུ་བྲལ་ཡང་  
 སྤྱོད་འཛིན་སེམས་ཀྱི་དྲི་མ་ཕྱ་མོ་ཡོད་པ་ནི། མཐོང་ལམ་ཆེན་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་  
 བྱ་དེ་ཉིད་ཡིན། ཞེས་པས། འདི་ལྟར་རྟོག་པས་བརྟགས་པའི་ཆོ་སྤང་བ་སེམས་ཀྱི་  
 ཆོ་འབྱུལ་དུ་གོ་ནས་སེམས་སྤང་ཐོག་ཏུ་བཞག་པས་སྤང་སེམས་ཡུལ་མེད་ཅུ་བྲལ་  
 དུ་གྲོལ་ཞིང་། རང་ངོས་སྤྱོད་འཛིན་ཞིག་པ་ལྟར་སྤང་ཡང་ལམ་གོང་མས་གཞལ་ན་  
 རིག་པ་ལ་སེམས་ཀྱི་དྲི་མས་སྟགས་པའི་སྤྱོད་འཛིན་ཕྱ་མོ་ཡོད་ལ། རྟོགས་ཆེན་སེམས་  
 ལྟེ་པས་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་བྱིང་རྟོད་ལ་སོགས་པའི་རྟེན་གྱིས་མི་གཞོད་པར་བཤད་པ་  
 དང་མཆུངས། འདི་ལ་ཐུགས་དམ་གྱི་ངོ་བོ་བྱ་རྒྱུ་གང་ཡང་མེད་ཅིང་གཞན་དུ་སྤང་ན་  
 ཡིད་གྱི་རྣམ་ཤེས་གནས་འབྱུར་བས། ཆེད་དུ་བསྒྲོམ་པས་ཐོང་རྒྱ་དང་བྲལ་ཡང་།  
 ལྟན་གྲུབ་ཀྱི་དྲན་པས་མ་བསྐྱུང་ན་བྲལ་ཐོབ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡོད་དོ། །

དེ་ལྟར་ནང་སྤྱོད་བཞིའི་བཤད་པ་གཞན་དག་ནས་འདི་ལ་མ་བསྒྲོམས་ཀྱང་ཡེངས་  
 འབྱུལ་མེད་པ་དང་། མི་ལམ་དུང་མི་འབྲལ་བར་འཆད་ཀྱང་རང་གཞུང་འདི་ནས་  
 སྒྲོམ་ལམ་ཆེན་པོའི་སྐབས་སུ་ངང་མཆོན་འབྱུལ་ཡོད་པར་བཤད་ཅིང་། རང་གི་ཐོང་  
 བ་དང་ཡང་མ་འབྱོར་བས་བཏང་སྒྲོམས་སུ་བཞག་གོ།

དེ་ཅིའི་ཕྱིར་སྒྲུམས་ན། ལྟན་གྲུབ་ཀྱི་དྲན་པ་ལ་ཉིན་མཆོན་ཁོར་ཡུག་ཏུ་ལ་བསྐྱུ་བ་  
 དྲི་མ་མཐའ་དག་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་སངས་རྒྱས་ཁོ་ནའི་སྐབས་ལས་གཞན་དུ་  
 མ་ཡིན་ཏེ། ཕར་ཕྱིན་ཐིག་པར་མ་དག་པ་སེམས་ཅན་གྱི་རིགས། དག་པ་བྱང་རྒྱུབ་  
 སེམས་དཔའི་རིགས། ཤིན་ཏུ་དག་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རིགས་ཞེས་གནས་  
 སྐབས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་སྟེ། ས་ལམ་གོང་འོག་གི་རིམ་པས་མིང་འདོགས་ཐ་དད་དུ་  
 བཞག་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འགོ་བའི་ཁམས་ལ་བདེ་གཤེགས་སྤྱིང་བོ་ཡོད་པ་གཞིར་བཞག་  
 ནས་བྲལ་བའི་དྲི་མའི་དཔེ་ཡང་མགོན་པོ་བྱམས་པས་རྒྱུད་སྤྱུ་མར་འཆིང་བ་ཐ་དག་  
 གིས་བཅིངས་པའི་སོ་སོའི་སྒྱུ་བོ་བསྐྱུ་དང་། སྤྱང་མ་དང་། སྤྱན་པ་དང་། འདམ་  
 རྩེ་བ་ཀྱི་སྤྱབས་ན་སངས་རྒྱས་བརྟུམས་པའི་དཔེ་དང་། ཉན་རང་དབང་བཙུག་པའི་  
 རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་མ་རིག་པས་སྤྱིང་པོ་བསྐྱུ་བས་པ་ས་འོག་གི་དབུལ་པོའི་གཏེར་གྱི་

དཔེས་བསྟན་པ་དང་། སྒྲོང་བ་སོ་སོའི་སྒྲི་བོའི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་ཐོག་ཆེན་མཐོང་སྒྲུངས་ཀྱི་དྲི་མ་ {ལགས་པ་} དང་། འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲོམ་སྒྲུངས་ཀྱི་དྲི་མ་ {ཕ་བ་ལྟན་སྟེས་བལྟར་མི་མངོན་པའི་ཁྱད་དོ། ། མཆན།} གཉིས་ནི། རྟུན་ལྷགས་དང་། གོས་རྒྱལ་གྱི་དཔེས་བསྟན་པ་ཡིན་ལ། ཁྱད་པར་སྐབས་འདྲིར་བདེན་པ་མཐོང་བའི་ལམ་དུ་བྱེད་པས་སར་གནས་ཀྱི་ས་བརྩའི་དྲི་མའང་མ་དག་ས་བདུན་མན་ལ་བརྟེན་པའི་དྲི་མ་དང་། དག་པ་ས་གསུམ་ལ་བརྟེན་པའི་དྲི་མ་ནི། མངལ་དང་འདམ་ཕྱི་གསེར་དཔེ་གཉིས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་ཕྱིར་ཏེ།

དེ་སྐད་དུ། ས་བདུན་ལ་བརྟེན་དྲི་མ་ནི། མངལ་སྐབས་དྲི་མ་དག་དང་མཚུངས། ། མངལ་སྐབས་བྲལ་འདྲུ་མི་རྟོག་པའི། ཡེ་ཤེས་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་བཞིན། ས་གསུམ་རྗེས་འབྲེལ་དྲི་མ་རྣམས། ས་འདམ་གོས་བཞིན་ཤེས་བྱ་སྟེ། བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རོ་རྗེ་ལྟའི། ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་གཞིམ་བྱ་ཡིན། ཞེས་སོ། །

དེ་ལྟར་སྐབས་འདྲིར་མཐོང་ལམ་གྱི་བརྟེན་ཆ་བཞག་པའང་པར་ཕྱིན་ཐོག་པའི་སྐབས་སུ་བྱང་རྒྱལ་གྱི་ཡན་ལག་བདུན་བསྒྲོམས་པས་ཆོས་ཀྱི་མིག་རྒྱལ་དང་བྲལ་བ་ཐོབ་ཅེས་པ་དང་མཚུངས་ལ། དེའི་ཆེ་འཛིན་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐོག་མར་ཐོབ་པས་དགའ་བ་རྒྱ་ཆེན་པོ་སྟོན་བས་ཆེས་འཕགས་པ་ཐོབ་པས་ས་དང་པོ་རབ་རྩ་དགའ་བ་ཞེས་བྱ་ཞིང་། འདིའི་ལམ་རྟགས་སུ་འང་རྗེས་ཐོབ་ལ་དགའ་སྟོའི་སྒྲུང་བ་དཔག་རྩ་མེད་པ་འཆར། ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་ཉེ་རྒྱ་ཤེས་རབ་ཀྱི་རལ་ཁ་བྱེ་བ་སོགས་ངེས་པར་འབྱུང་བས་མཐོང་ལམ་མངོན་དུ་བྱས་ཏེ་ས་དང་པོ་ནོན་པའི་འགྲུར་ཅི་བ་ཡིན་ནོ། ཁོ་ན་ཡོན་ཏན་གྱི་ཁྱད་པར་དུས་སྐད་ཅིག་མ་ལ་སངས་རྒྱས་བརྒྱའི་ཞལ་བལྟ་བ་ནས། ལུས་རེ་རེ་ལའང་འཁོར་སུན་སུམ་ཆོགས་པ་བརྒྱ་བརྒྱས་བསྒོར་བ་སྟོན་པའི་བར་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྒྱ་ཕྱག་བཅུ་གཉིས། སྟན་དང་མངོན་ཤེས། སྒྲི་འཆི་རང་མཚན་པ་མེད་ཅིང་། འཛམ་སུའི་གླིང་གི་རྒྱལ་པོའི་སྒྲི་བ་འཛིན་རྣམས་པ་ལ་སོགས་པའི་རྣམས་པ་མངོན་གྱུར་དུ་མེད་པས་སོ་སྟུམ་ན། རྟོགས་པ་ཆེན་པོའི་རྒྱུད་ནས་ཁྱུང་ཕྱག་སྒོ་བའི་སྐབས་ནས་ཕུལ་རྟོགས་ཏེ་སྒོ་བའི་རྒྱ་ལས་གྲོལ་མ་ཐག་འཐུར་བ་ལ་



ཆགས་ཐོགས་མི་མངའ་བ་དང་། བྱ་ཐུན་སྒྲོང་རྒྱ་ལས་གྲོལ་ནས་ཀྱང་ཡུན་རིང་པོར་  
ཆང་དུ་བསྐྱེད་བསྐྱིད་བྱའི་དཔེས་བསྟན་ཏེ། ཡར་ཕྱིན་དུ་བསྐྱལ་བ་གྲངས་མེད་ལ་  
སོགས་པར་ལམ་ལ་ཞུགས་ནས་ཅི་ཞིག་ན་འབྲས་སུ་མངོན་གྱུར་དུ་བྱ་བ་དང་། རྩོ་  
རྩེ་ཐེག་པའི་སྐྱབས་སུ་སྤངས་རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་སྒྲོམ་ཆེན་གྱི་ལུས་སྤྱིའི་  
སྐྱབས་སུ་ཅུ་ལ་རྟོགས་ཏེ་ལུས་ཀྱི་སྒྲོ་ངའི་རྒྱ་ལས་གྲོལ་མ་ཐག་དག་པ་གཉིས་ལྟན་  
གྱི་ས་ལ་མིག་འབྲལ་ལྟར་བཅན་ས་ཟེན་པའི་ངེས་པ་འདྲེན་རྒྱ་ཡོད་པས་ཅིས་ཀྱང་  
ཡོན་ཏན་དེ་དག་མངོན་གྱུར་དུ་མཐོང་མི་དགོས་སོ། །

འདྲིའི་རྒྱལ་ཞིབ་པ་ནི་མཛོད་བདུན་ལ་སོགས་པ་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་རྣམས་  
སུ་བལྟའོ། ཞེས་གསུངས། རྣལ་འབྱོར་བཞི་རིམ་པས། ཡང་། ཆེན་པོ་ཕྱི་ནང་ཆོས་  
ལ་སྒྲོ་འདྲེན་ཆོད་ཆོད། རིག་པ་རྟེན་མེད་གཅེར་སུ་ལྷིང་མར་བུད། ཅིས་པས།  
ཉམས་རྟོགས་ཀྱི་ས་མཚམས་སོགས་ཡར་ཕྱིན་ཐེག་པའི་མཐོང་ལམ་ཆེན་པོ་དང་འདྲ་  
བས་ཆེར་སྒྲོས་མ་དགོས་ཀྱང་། འདིར་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་མཆོག་དམ་པའི་མདོ་ {ལུང་  
ཁུངས་འདི་དབྱེད་པ་ཅན་དུ་འདུག་ཀྱང་གོང་འོག་གི་གནད་རྣམས་འདུ་བས་གསུངས་བཅན་པ་ཞིག་སྤྱང་།  
མཆོག་} ལས། འདི་ལ་ནན་གྱིས་མཉམ་པར་བཞག །ཡིང་བ་མེད་པའི་བརྟོན་  
འགྲུས་བྱ། མཚན་མའི་ཆོས་སྤྱོད་འདིར་མི་བརྟན། །དཔེན་པའི་གནས་སུ་གཅིག་  
ལུང་འདུག །དེས་ནི་ལས་སུ་རུང་བར་འགྱུར། །འདི་ལ་ཐེ་ཆོམ་མི་དགོས་ཏེ། །ད་  
དུང་འདི་ལ་ཐེ་ཆོམ་འོང་། །ཉི་མ་གར་བ་ཙམ་གྱིས་ནི། །ས་གཞི་དྲོས་པར་མི་རུས་  
ཀྱང་། །རིམ་གྱིས་འོད་ཟེར་རྒྱས་ནས་དྲོས། །ནོར་སུ་ཡོན་པ་ཙམ་གྱིས་ནི། །དགོས་  
འདོད་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་ཀྱང་། །མཆོད་དང་གསོལ་བ་བཏབ་གྱུར་ན། །དགོས་  
འདོད་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བར་འགྱུར། །བྱིས་པ་མི་ལས་མ་འདས་ཀྱང་། །སྤྱིས་མ་  
ཐག་ནས་སྟོབས་ལྟན་མིན། །རིམ་གྱིས་བསྐྱབ་པས་སྒྲ་ཆོགས་ཤེས། །དེ་བཞིན་  
བདེན་པའི་སྟོབས་མཐོང་ཡང་། །མ་གོམས་ཡོན་ཏན་འབྱུང་མི་འགྱུར། །གོམས་པ་  
ལས་ནི་མཆོག་ཐོབ་པོ། །

ཐུན་མོང་གྲུབ་ཆེན་བརྒྱད་ལ་སོགས། །འདི་ཀྱན་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བའི་མཐུས། །ད་

རྒྱལ་རྫོམས་པར་བཅས་པ་ཡི། མཛོན་པར་ཤེས་པ་ཤར་བས་མོང་། མཆོག་ལ་མ་  
སྤེལས་དེ་ཡིས་བསྒྲིབས། ལྷ་སྟགས་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ། ལས་ཀྱི་རྩ་འབྲུལ་བསམ་  
མི་བྱལ། །དེ་ཀླན་ཐར་པའི་རྒྱར་མ་གསུངས། །འདི་ལ་ས་དང་ལམ་མེད་དེ། །ཉམས་  
མུང་སྤྱི་བའི་རིམ་པ་ཡིན། །ཡང་དག་བདེན་རྒྱུ་ཟད་པ་ལ། །ཉགས་དང་མཆོན་མ་  
ག་ལ་ཡོད། །འོན་ཀྱང་འདི་ལ་ཐེ་ཆོམ་འབྱུང་། །དུ་ཤུག་མ་དང་འཕྲད་ངེས་ཀྱང་། །  
ད་རུང་མ་ལ་ཡིད་མི་རྟོན། །ལོ་རྒྱས་བརྗོད་པས་ངེས་པ་རྟེན། །

དེ་བཞིན་རང་ལ་གནས་པའི་དོན། །གཏུག་མ་ངེས་བཟུང་བུལ་བ་ལ། །མྱོང་བ་ཅི་  
ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར། །འདི་ལ་ཅི་ལྟར་ཉམས་སུ་བྱུངས། །ཐ་མལ་ཤེས་པ་སད་པ་  
ཅམ། །གུད་ན་ཐོབ་རྒྱུ་ཡང་མི་འདུག །འདི་ལ་བདེན་པའི་དོན་མཐོང་ཞེས། །རྟོགས་  
དང་ལྟན་པ་ཅི་ཕྱིར་སྤྲ། །འདི་ལ་ཆགས་སྣང་ཅི་ཕྱིར་སྤྲ། །ཉོན་མོངས་རྣམ་རྟོག་ལ་  
སྟགས་པ། །འདི་ཡིས་འགགས་པར་མ་རུས་ཞེས། །ཤིན་ཏུ་དྲངས་བདེ་གསལ་  
བའམ། །ཡང་ན་དྲན་པ་འགག་པར་འདོད། །བདུད་ཀྱི་འཇུག་སྒོ་དང་པོ་ཡིན། །དེ་  
ཆོ་མདོ་རྒྱད་བསྟན་བཅོས་བཟ། །སྤྱི་མའི་དྲུང་དུ་སྒོ་འདོགས་གཙོད། །རྒྱན་ཆད་  
མེད་པར་གསོལ་བ་བཟུང་། །ངེས་ཤེས་ཡང་དང་ཡང་དུ་སྒྲིད། །ཡང་ན་རྩྱུང་པ་དྲག་  
པོ་དང་། །བྱུང་པའི་མཐའ་ལ་བརྟག་ཅིང་དབྱུད། །སེམས་ཀྱིས་སེམས་ལ་ནན་གྱིས་  
ལ། །ཉམས་མྱོང་གདམས་པ་དུ་མར་ལ། །རི་ཁྲོད་འགྲིམས་ཤིང་སྒྲོ་བ་སྒྲིད། །ངེས་  
ནི་སྒོ་འདོགས་ཆོད་པར་འབྱུར། །དམ་ཆོས་གང་ལྟ་བུ་དྲུད་ཅིར་མཐོང་། །དེ་དག་  
ཐེག་པ་གཅིག་ཏུ་གོ། །འགྲོ་བ་རྣམས་ལ་སྤྲིང་རྗེས། །

དེ་དག་སྒྲུ་མ་ལྟ་བུར་གོ། །སྤྱི་མ་སངས་རྒྱས་ཉིད་དུ་བཟ། །གང་ཡང་སྤུལ་པའི་མཛད་  
པར་རིགས། །ཅི་ལྟར་གྲུ་ཅིའི་ཤུན་དང་ནི། །ཉི་མ་རུབ་པའི་མདངས་བཞིན་དུ། །  
ཉོན་མོངས་རྟོག་པའི་ཆོགས་རྣམས་ཀྱང། །འདི་ཡིས་རུས་པ་མེད་པར་བྱས། །རིམ་  
གྱིས་འགགས་པར་ཐེ་ཆོམ་མེད། །འདི་ལ་འཛོག་རྒྱལ་གསུམ་ཡོད་དེ། །དབང་པོ་  
རབ་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིས། །དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་འཛོག་རྒྱལ་ནི། །སེམས་འཛིན་མ་  
བཅོས་རང་སར་ཞོག །ཤེས་པ་མ་བསྒྲིམ་གྲོད་ལ་ཞོག །གཏུག་མ་ངེས་བཟུང་མེད་



བར་ཞོག | སློ་ལྷ་མ་དགག་ཡན་བར་ཞོག | སློ་བསྐྱ་མ་བྱ་གཞི་ལ་ཞོག | བྱུང་ཚོར་མི་  
 དགག་ལྷག་བར་ཞོག | ཡིད་རྗེས་མ་འབྲང་རང་སར་ཞོག | མ་ཡེངས་རྒྱན་ཆད་མེད་  
 བར་ཞོག | རྟོད་དེ་ཤིགས་སེ་གྲོད་ལ་ཞོག | སེང་ངེ་ཙན་ནེར་གསལ་བར་ཞོག |  
 བྱལ་ལེ་སང་ངེ་སྟོང་བར་ཞོག | མ་བཙོས་པ་ལ་བཞག་པ་མེད། | བཞག་པ་མེད་ལས་  
 མ་འདའ་ཞིག | མ་ཡེངས་པ་ལ་བྱན་རྒྱ་མེད། | བྱན་རྒྱ་མེད་ལས་མ་འདའ་ཞིག |  
 གཏུག་མའི་རང་ལ་དམིགས་གཏད་མེད། | དམིགས་གཏད་མེད་ལས་མ་འདའ་ཞིག |  
 སྒྲོམས་ཤིག་སྒྲོམས་ཤིག་མ་སྒྲོམས་ཤིག |  
 སྒྲོམ་དུ་མེད་པའི་རང་ལ་ཞོག | ཞོགས་ཤིག་ཞོགས་ཤིག་མ་འཛོགས་ཤིག | བཞག་  
 ཏུ་མེད་པའི་རང་ལ་ཞོག | ཡེངས་ཤིག་ཡེངས་ཤིག་མ་ཡེངས་ཤིག | ཡིང་མེད་རང་  
 ལ་མ་ཡེངས་ཤིག | རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་ཉག་གཅིག་པོ། | ཐོག་མ་མེད་ནས་དེ་ལྟར་  
 གནས། | ཡལ་ལ་མི་འཕྲོ་གནས་པའི་ཆད། | དམིགས་གཏད་མེད་ན་སྒྲོམ་པའི་ཆད། |  
 ཉིན་མཆོན་མེད་ན་གསལ་པའི་ཆད། | རྒྱན་ཆད་མེད་ན་གོམས་པའི་ཆད། | ཡེང་བ་  
 མེད་ན་གོམས་པའི་ཆད། | གོམས་ཆད་ལྷ་པོ་དེའི་སྟེང་དུ། | མ་ཕྱིན་བར་དུ་བསྒྲོམ་  
 དགོས་སོ། | མ་སྒྲོམ་རྟོགས་དང་མ་རྟོགས་མེད། | བྱན་བས་ཟེན་ན་གཉེན་པོ་ཡིན། |  
 གཉེན་པོ་ཞིག་ན་སངས་རྒྱས་ཡིན། | ཞེས་གསུངས་པ་འདི་ཞིབ་ཏུ་དབྱད་ན་སྒྲོམ་  
 བྲལ་རྒྱུ་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་གྱི་ཉམས་དང་རྟོགས་པའི་ས་མཆོམས་བཞག་ཐབས་སམ་  
 བསྒྲོམ་ {རྟོགས་ཆེན་སྣང་བ་ཡལ་གྱི་སྒྲོ་ཙན་ནམ་དབང་འབྲིང་མན་ཆད་གྱི་ལམ་རྟགས་མེད་མི་  
 རུང་བ་རྣམས་འདི་ལྟར་རོ། | མཆོན།} རྒྱལ་སོགས་འདུ་ཞིང་། གོང་གསལ་ལྟར་གཤེད་ཕྱིན་  
 མཐོང་ལམ་ཆེན་པོའི་དོན་ཡང་གཅིག་ཏུ་འབབ་པས་དེ་བས་མི་དགོས་ཀྱང་། བྱ་  
 བྲལ་ཆེན་པོའི་གསུང་ལྟར་ཆོག་སྣ་རུང་བྱུངས་ཏེ་སྒྲོམ་ན། | གོང་གི་ཐེ་ཆོམ་  
 དང་ཐང་ལྟོད་སྒྲངས་ནས་ཉམས་ལེན་ལ་བརྩོན་པས་སྤང་བྱ་ཕྱ་རགས་རྣམས་ཆོད།  
 རྟོགས་པ་གོམས་ཤིང་གྲོད་དུ་གྱུར་རིམ་བཞིན་རྒྱུང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་གྱི་ས་མཆོམས་  
 གསུངས་པས་ཡང་མ་ཟད་རང་རང་གི་ཁམས་དབང་གིས་ཉམས་རྟོགས་བཟང་རན་  
 གངས་མེད་གཅིག་འབྱུང་ཞྩ། ཅི་ལྟར་བྱུང་ཡང་རགས་པ་ཆོད་པའི་དུས་མི་གྲོད་པར་

བསྐྱོམས་པས། གོང་མའི་སྤྱ་བ་དང་སྤྱ་བའི་སྤྱ་བ་ཡང་སྤྱ་རྒྱམས་ཟིམ་པས་སྤྱོདས་  
 ཤིང་ཆོད་ལུས། ཅི་ལྟར་ཆོད་ཀྱང་སྤྱང་སྤོང་སོ་མ་དེས་སྐྱོམ་གྱི་གོ་མི་ཆོད་པར་འཆར་  
 སྐྱོ་སྤྱ་མ་རྒྱམས་འགགས་ནས་སྤྱོད་ཉིད་སྤྱོས་བྲལ་གྱི་ངར་དུ་ལྟངས་གྱིས་ཡོག་དགོས་  
 པས་ན། སྤྱོད་ཉིད་གཟུང་དུན་ཟེར་བའི་དོན་དེ་ཡིན་པས། འདི་དུས་གཞན་དོན་ལ་  
 གཡེང་བ་སོགས་བྱས་ན་དགེ་སྦྱོར་འཕེལ་འཕྲོ་ཆད་ནས་ཉམས་རྟོགས་ཡལ། སེམས་  
 རྒྱད་ཐ་མལ་དུ་སོང་མྟེ་ཁ་ལྟ་མཐོ་ཞིང་རང་གི་ཡོན་ཏན་ལ་ང་རྒྱལ། གཞན་གྱི་ཡོན་  
 ཏན་ལ་སྤྲག་དོག་དང་བྱད་གསོ་བྱེད། ཉན་མོངས་པ་དང་ཆོས་བརྒྱད་གྱི་ཞེན་པ་དང་  
 སྤྱོས་པ་རྗེ་ཆེར་འོང་། འདིའི་དུས་སྤྱ་བསམ་པས་གཞན་དོན་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་  
 དང་། སྦྱོར་བ་སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་ཡེངས་པ་མེད་པ་ཞིག་གི་རྒྱམ་པར་རྟོག་པ་རང་རྒྱད་པ་  
 མ་ཡིན་པས། རྒྱམ་པར་དཔྱེད་པ་དང་བཅས་པས་ཉིང་དེ་འཛིན་བསྐྱོམ་དགོས་  
 གསུངས་པ་འདི་འོག་མའི་རེ་དོགས་འཇུར་དུན་ཡིད་དང་མཚུངས་ལྟན་རྟེན་དང་  
 རྒྱལ་མདུད་གྱི་ {ཡིད་ལས་འདས་པའི་ཤེས་རབ་ཟླ་བ་མོ། མཆན།} དཔེས་བསྟན་པ་ལྟར་  
 གཉིས་འཛིན་རགས་པ་རྒྱམས་ཟིམ་གྱིས་ཞིག་པ་ལ་ཆོད་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན་པར་  
 འདུག་པས། ཡིད་ལས་འདས་པའི་ཤེས་རབ་ནི་ངོ་ཤེས་གྱི་མི་དང་འཕྲད་པའམ་  
 ཁང་སྤོང་དུ་རྒྱུན་མ་ཐུན་པའི་དཔེ་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཚུལ་གོང་མ་རྒྱམས་ལའང་སྦྱར་ཉེག་  
 བ་ལེན་དགོས་པར་འདུག འདི་སྐབས་རྟོགས་པའི་ངོ་བོ་བསྐྱོམ་རྒྱ་མེད་ཐག་ཆོད་  
 ཀྱང་སྐྱོམ་མེད་གྱི་ངར་ལ་ཡིང་མེད་བསྐྱུང་གསུངས་པ་འདིའང་། ཡང་དག་གི་དུན་  
 པའམ་མི་སྐྱོམ་པའི་ཚུལ་གྱིས་བསྐྱོམ་པར་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་འདུག་པས།  
 རགས་ཆོད་སྤྱོད་གིན་ཏུ་སྤྱོད་སོགས་ཀྱང་དེ་ལྟ་བུ་ལ་དགོངས་པའི་ཆོས་སྐྱད་  
 ཡིན་པས་དེ་ལྟར་གོ་བ་ལེན་དགོས་སོ། །

འདི་སྐབས་ཉིན་མཆན་ཁོར་ཡུག་ཏུ་འགྲོ་ཚུལ་གསུངས་ཀྱང་། དུན་པ་བརྟན་ན་ཉིན་  
 པར་རྒྱུན་ཆད་མེད་དེ། མི་ལམ་དུ་འཛིན་པ་ད་དུང་ཡོད་པ་ནི་སྤྱོས་བྲལ་གྱི་རྗེས་ཤེས་  
 རྟོགས་པར་ཤར་བ་ཡིན། འདི་ཡན་ཆད་དུན་པ་ལ་དབང་ཐོབ་པ་ཟེར་ཡང་། སྐྱོམ་  
 མེད་ཆེན་པོར་མ་སྤེལ་པར་མཆན་མའི་མི་རྟོག་མ་ངེས་པ་ཡོད། ཉིན་པར་ཡང་ཡུལ་



ཁྱེན་དག་པོ་དང་འཕྲད་ཆེ་ཁྱེན་བྱུང་དགའ་ཚུལ་སོགས་ནི་ཁྱོད་ཆང་པས་བཞེད་  
འདུག་གོ། དེ་ལྟར་བསྐྱོམ་པའི་ཡན་ཡོན་དང་མ་བསྐྱོམ་པའི་ཉེས་དམིགས་རྣམས་  
གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་ཡིད་ལ་བྱས་ཏེ། ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་སྐད་ཅིག་ཀྱང་ཡེངས་པ་  
མེད་པར་བསྐྱོམས་པས་སྒྲོས་བྲལ་རང་སྐྱབས་ཀྱི་སྤང་བྱ་པ་རགས་རྣམས་ཆོད་ནས་  
ཉིང་དེ་འཛིན་མཐར་ཐུག་ཏེ། སྤང་ཞིང་སྤྱིད་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་མ་སྤྱོད་པ་མེད་  
པས་སྒྲོས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ། མཚན་མ་མེད་ཅིང་འཛིན་པའི་སྒྲོ་འདོགས་  
ཆོད་པ་ནི་སྒྲོས་བྲལ་ཆེན་པོ་ལོ། །

དེ་ལྟར་རྒྱུད་དུ་ནི་སྒྲོས་བྲལ་གྱི་གཞི། འབྲིང་པོ་ནི་ལམ། ཆེན་པོ་ནི་འབྲས་བུ་ལོ། །  
གསུམ་པ་སྒྲོན་དག་ཚུལ་ནི། སྒྲོབ་དཔོན་པདྨས། སྒྲོས་བྲལ་ཅུལ་ཆོགས་ཅན་སེམས་  
སྤྱོད་པར་ཤེས་པས་ཉོན་མོངས་པའི་སྤྱིབ་པའི་སྒྲོན་དག འཁོར་བར་མི་ལྷོག་ཏུ་  
པོའི་བདུད་བཅོམ་མོ། ཞེས་སོ། །བཞི་པ་ཡོན་ཏན་སྒྲིཊ་ཚུལ་ནི། སྒྲོབ་དཔོན་པདྨས།  
ཡོན་ཏན་གདམས་རག་སྒྲུ་མར་མཐོང་། དངོས་འཛིན་མཚན་མའི་ཆོས་ལས་སྒྲོ་ལོག་  
ཡང་དག་པའི་ཆོས་ལ་དགའ་བའི་ངེས་ཤེས་སྒྲུ། མཐོང་ལམ་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་བདེན་  
པའི་ཡོན་ཏན་ཐོབ། ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཕྱི་ལམ་ལྟ་བུའི་རྟེན་འབྲེལ་བསྒྲིགས་ཤེས།  
སྒྲུ་མ་སངས་རྒྱས་ལོངས་སྤྱོད་མཐོང་། གཉིས་མེད་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལས་འཇུག་རང་དོན་  
གཙོ་ཆེ་ཞིང་གཞན་དོན་ཞིང་ལ་བསྒྱུབས་པས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་མཚན་ཉིད་པ་དང་  
མཐུན་ནོ། ཞེས་སོ། །

ལྟ་བུ་ཉིང་དེ་འཛིན་དེ་བོགས་འདོན་ནི་ཅིང་གོང་མ་ལ་སྒྱོར་ཚུལ་ནི། བྱ་བྲལ་བས།  
དེ་ལྟར་སྒྲོས་བྲལ་རང་ཅུལ་ཆོགས་ཅན། རང་སྐྱབས་སྒྲོན་དག་ཡོན་ཏན་ཐམས་  
ཅད་སྒྲུ། དེ་ཉིད་རོག་ཅིག་རྣལ་འབྱོར་ཉིད་ལ་སྒྱོར། སྒྱོར་ཚུལ་ཐབས་དང་ཤེས་  
རབ་ཟུང་འབྲེལ་གྱིས། ཞེས་པས། སྒྲོས་བྲལ་གྱི་རྣལ་འབྱོར་འདི་ཐར་པ་བྱང་ཚུབ་  
ཀྱི་ལམ་ལ་སྒྲེ་མ་བྱུང་བ་ཅམ་ཡིན་ཏེ། ལོ་རྟོག་ལ་སྒྲེ་མ་བྱུང་བ་ཅམ་གྱིས་མི་ཆོག་  
པར་སྟོན་ཐོག་མཐར་མ་ཐུག་གི་བར་དུ་སོ་ནམ་བུའི་པ་ལྟར་བོགས་འདོན་དགོས་  
པས་ན། སྒྲོས་བྲལ་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་རྣམ་དག་རྟོགས་ཀྱང་མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་བུ་

ཐོབ་པའི་ངེས་པ་མེད་པས། ད་དུང་ཆོ་འདིའི་བྱ་བ་བཏང་ནས་སྒྲུ་མ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་། མདོ་རྒྱུད་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཅིང་། རང་གི་མོས་གུས་བྱུང་བར་ཅན་དང་ཤེས་རབ་ཟབ་མོའི་ཉེར་ལེན་འཛོམ་པའི་སྒྲོ་ནས། ལྷ་སྒྲོམ་སྤྱོད་གསུམ་ཅིག་ཅར་རྒྱ་དྲིལ་ཏེ་ཉམས་སུ་སྒྲུང་ནས་བོགས་འདོན་ཅིང་གོང་མ་ལ་སྦྱར་བ་གལ་ཆེ་ཚུལ་གྱི་ལུང་མང་ངོ་། །

གསུམ་པ་མཉམ་ཉིད་རོ་གཅིག་ནི། སྤྱོད་བྱ་བལ་བས། སེམས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་མ་སྒྲེས་མི་འགགས་ཤིང་། །དབྱེར་མེད་ཟུང་འཇུག་མཐའ་བལ་ལྷན་གྱུ་བྱེད་གས། །བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་ནལ་འབྱོར་རོ་གཅིག་ཡིན། །ཞེས་པས། དེ་ལའང་ལྷ་སྟེ། རོ་གཅིག་གི་ངོ་བོ་སྦྱར་བ་སྟན་པ། བྱེད་བྱག་རྒྱུང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ། སྦྱོར་དག་ཚུལ། ཡོན་ཏན་སྦྱེ་ཚུལ། ཉིང་ངེ་འཛོན་དེ་བོགས་འདོན་ཅིང་གོང་མ་ལ་སྦྱར་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ངོ་བོ་སྦྱར་བ་སྟན་པ་ནི། འོག་མ་སྒྲོས་བལ་གྱི་ཉིང་ངེ་འཛོན་དེ་མོས་གུས་དང་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་པར་བསྐྱུང་བས། དེ་ཉིད་རོ་གཅིག་གི་ནལ་འབྱོར་དུ་ཤར་ཏེ་ཆོས་ཉིད་སེམས་སུ་འདུས་ཤིང་སེམས་ཉིད་ཅི་ཡི་ངོ་བོར་ཡང་མ་གྲུབ་པས་ངོས་བཟུང་གི་མཐའ་ཐམས་ཅད་དང་བལ་ཏེ་སྤྱོད་། དེའང་སྤྱོད་རྒྱུ་ཁོན་མ་ཡིན་པར་སེམས་ཉིད་སྤྱོད་པའི་རང་མདངས་སྤང་བྲིང་འཁོར་འདས་ལམ་གསུམ་གྱི་ཤེས་བྱའི་ཆོས་དུ་མ་སྦྱ་ཆོགས་སུ་རང་སྤྱང་། སྤྱང་སྤྱོད་གཉིས་དུས་དང་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་རྒྱ་དང་རྒྱབས་བཞིན་སྒྲིད་ཅིག་ཀྱང་ཐ་དད་དུ་ཡོད་མ་སྤྱོད་། ཡེ་གདོད་མ་ནས་དབྱེར་མེད་ཟུང་འཇུག་ཡངས་པ་ཆེན་པོར་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའོ། །དེ་ལྟར་སེམས་ཉིད་དངོས་པོའི་ཆོས་སུ་མ་སྒྲེས་པས་སྦྱེ་བ་མེད་པ། དངོས་མེད་ཀྱི་ཆོས་སུ་མ་འགགས་པས་འགག་པ་མེད་པ། ཐ་དད་ཀྱི་ཆོས་སུ་མི་གནས་པས་དབྱེར་མེད་པ་སྟེ། སྦྱེ་འགག་གནས་གསུམ་ལ་སོགས་པའི་མཐའ་ཐམས་ཅད་དང་བལ་བ་མཐའ་བལ་ལྷན་གྱུ་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་སྦྱ་ཆེན་པོའོ། །

དེས་ན་དུ་མར་སྤྱང་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སེམས་ཉིད་ཆོས་སྦྱ་ཐིག་ལེ་ཉག་གཅིག་གི་ངོ་བོར་རོ་གཅིག་པས། ཤེས་བྱའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་སྤྱང་ནས་མདོག་མ་འབྱུང་། དྲ་

མ་ཆག་སྐར་མ་ཉམས། རྒྱ་མ་ཞིག་པར་ཅི་ལྟར་གནས་པ་དེ་ལ། སྐར་གཉེན།  
 བསལ་བཞག་འཛིང་གྲོལ། བྲལ་ཐོབ་གང་ཡང་མེད་ཅིང་། གཉེན་པོས་བཟོ་བཅོས་  
 མ་བྱས་པར་རང་སར་རང་གྲོལ་བ་དེ་རང་རོ་ཤེས་པ་ནི་རོ་གཅིག་གི་རྟོགས་པ་ལོ། །  
 དེའང་སྒྲོས་བྲལ་དང་རོ་གཅིག་གི་ཁྱད་པར་ནི་སྐར་བ་སྐར་དུ་ཆུད་མ་ཆུད་ཡིན་པར་  
 གསུངས་པས། སྐར་ཐོག་ཏུ་ཉམས་ལེན་བྱེད་པ་སྒྲོས་བྲལ། སྐར་སྐར་དབྱེར་མེད་རོ་  
 གཅིག་དོན་དམ་བདེན་པ་སྒྲོས་བྲལ། བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་རོ་གཅིག་རིག་  
 སྐར་དབྱེར་མེད་སྒྲོས་བྲལ། སྐར་སྐར་དབྱེར་མེད་རོ་གཅིག་དབྱིངས་སྒྲོས་བྲལ།  
 དབྱིངས་ཡེ་དབྱེར་མེད་རོ་གཅིག་འདས་པ་སྒྲོས་བྲལ། འཁོར་འདས་དབྱེར་མེད་རོ་  
 གཅིག་རྫོགས་རིམ་སྒྲོས་བྲལ། བསྐྱེད་རྫོགས་རོ་མ་ཉམ་པ་རོ་གཅིག་སྒྲོས་བྲལ་ནི་  
 སྐར་ཐོག་ཏུ་སྒྲོ་འདོགས་ཆོད་པ་དོན་དམ་པའི་ཤེས་རབ། རོ་གཅིག་ནི་སྐར་ཐོག་ཏུ་  
 སྒྲོ་འདོགས་ཆོད་པ་ཀུན་རྫོབ་པའི་ཤེས་རབ། སྒྲོས་བྲལ་ནི་སེམས་ཀྱི་རོ་བོ།  
 རོ་གཅིག་ནི་སེམས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། སྒྲོས་བྲལ་ནི་གཞིག་ནས་ལྷགས་དོན་གྱི་ཕྱོགས་  
 གཅིག་ལས་མ་རྟོགས་པ། རོ་གཅིག་ནི་གཞི་དོན་ཅི་ལྟ་བ་བཞིན་རྟོགས་ཏེ་ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་སེམས་སུ་འདུས་ཤིང་། སེམས་ཉིད་གདོད་མ་ནས་མ་སྐྱེས་མི་འགགས་  
 དབྱེར་མེད་སོ་སོ་རང་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲིབ་ལུལ་དོན་དམ་པ་ལྷག་པའི་ཆོས་སྐྱ་  
 ཆེན་པོ་ཕྱག་རྒྱ་སྒྲོས་པའི་དགོངས་པ་གསང་སྔགས་སྒྲུབ་མེད་པའི་ལྟ་བུ་བཞིན་པ་  
 ཡིན། སྒྲོས་བྲལ་གྱི་དུས་སུ་ཚོགས་དུག་རིམ་ཆོད་ལས་མི་རུས། རོ་གཅིག་གི་དུས་  
 སུ་ཚོགས་དུག་ཅིག་ཆོད་རུས་ཏེ། ཚོགས་དུག་གི་རྣམ་རྟོག་གང་གར་ཐམས་ཅད་  
 དུས་གཅིག་ལ་རྟོགས་པ་དེའི་རོ་བོར་ཆོད་སྐབ་པའོ། །  
 སྒྲོས་བྲལ་གྱི་དུས་སུ་ཞི་གནས་ཤས་ཆེ་དུས་ལྷག་མཐོང་ཤས་ཆུང་། ལྷག་མཐོང་  
 ཤས་ཆེ་དུས་ཞི་གནས་ཤས་ཆུང་། རོ་གཅིག་གི་དུས་སུ་ཞི་ལྷག་རིས་འཛོག་མེད་  
 པར་སྐར་སྐྱིད་འཁོར་འདས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྐར་ཅམ་ཉིད་ནས་རང་སྐར་གི་རང་  
 ལས་མ་གཡོས་ཤིང་། དངོས་པོ་མཚན་མ་རྒྱ་སྐྱེན་མེད་པས་རང་བྱུང་། འགགས་  
 མེད་དུ་གསལ་བས་ཡེ་ཤེས། ཆོས་ཉིད་རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་རང་སྐར་དུ་ལྟུན་གྱིས་



གྲུབ་ཅིང་གཟུང་འཛིན་གྱི་མཚན་མ་མེད་པར་ཆོས་ཉིད་གཏུག་མའི་རང་ཉམས་ཞི་  
ལྷག་ཟུང་འཕྲུག་གི་མཉམ་བཞག་ཆེན་པོ་མཛོན་དུ་གྱུར་པ་ནི་རོ་གཅིག་གི་ངོ་བོ་ཡིན་  
ཚུལ་གྱི་ལུང་མང་ངོ་། །

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་རྒྱུང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་ལ་གཉིས། མདོར་བསྟན། རྒྱས་  
བཤད་དོ། །དང་པོ་ནི། བྱ་བྲལ་བས། རྟོགས་དང་གོམས་དང་མཐར་ཕྱིན་རྒྱུང་  
འབྲིང་ཆེ། །ཞེས་པས་སེམས་གྱི་མཚན་ཉིད་དུ་མ་རོ་གཅིག་འདི་དང་པོ་རྟོགས་ཏེ་  
ངེས་ཤེས་སྒྲིམ་པའི་ཆ་ནས་རོ་གཅིག་རྒྱུང་དུ། དེ་ལ་དྲན་པ་ཡིང་མེད་དུ་བསྒྲོམ་པས་  
སྤང་བྱ་རགས་པ་དང་སྤང་བ་རྣམས་རིམ་གྱིས་ཆོད་ཅིང་རྟོགས་པའི་དོན་ལ་གོམས་  
འདྲིས་བརྟན་གསུམ་བྲས་པས་འབྲིང་པོ། དེ་ལ་བརྟན་པ་ཐོབ་ནས་གདིང་དུ་གྱུར་ཏེ་  
ཆོས་ཐམས་ཅད་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པ་ནི་ཆེན་པོ་འོ། །ཞེས་གསུངས། ཕར་ཕྱིན་  
གྱི་སྒྲོམ་ལམ་དང་མཚུངས་པས་དེ་སྤྲད་དུ་བཏགས་པ་སྒྲོམ་ལམ་གྱི་རྣལ་འབྱོར་རྒྱུང་  
འབྲིང་ཆེ་གསུམ་ལས། དང་པོ་རྒྱུང་དུ་འོ་རྣལ་འབྱོར་ནི། བྲོལ་ཐིག་ལས། སྤང་འཛིན་  
ཡུལ་ཡུད་སྤྲོང་དང་མི་སྤྲོང་རྩིས་ལས་འདས། གཉིས་ཆོས་ལས་འདས་གཉིས་མེད་  
རོ་གཅིག་རྟོགས་པ་ནི། སྒྲོམ་ལམ་རྒྱུང་དུ་འོ་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་བྱ་དེ་ཉིད་ཡིན། ཞེས་  
པས། སྤང་གྱི་སྤྲོང་པ་ཉིད་སྒྲོམ་བྲལ་གྱི་གནས་ལུགས་དཔུ་མ་ལ་འཛིན་པའི་སྤྲོང་  
འཛིན་གྱི་ཤེས་སྒྲིབ་དེ་ཡལ་ནས། སྤང་བ་དཀར་དམར་ལ་སོགས་པའི་འཆར་སྒོ་  
མཐའ་དག་སེམས་ལ་ཐིམ་པས་ཕྱི་གཟུང་ཡུལ་མཛོན་གྱུར་རགས་པ་མེད། སེམས་  
གྱི་འགྲུ་དྲན་ཐམས་ཅད་རིག་པ་བརྗོད་བྲལ་ལ་ཐིམ་པས་ནང་འཛིན་པའི་འདུ་ཤེས་  
གྱུང་པོ་དང་བྲལ་ཞིང་། འཁོར་འདས་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་ཐམས་ཅད་དུ་མ་རོ་གཅིག་ཏུ་  
ཤར་བ་ལ་མ་རྟུ་སྤྲས་རོ་གཅིག་རྒྱུང་དུ་བཏགས་པའོ། །

ཞེས་གསུངས། གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། རྣལ་འབྱོར་བཞི་རིམ་པས། ཡང་།  
རྒྱུང་དུ་སྤང་སྤྲོང་ལམ་སྤྲོང་ངེས་ཤེས་སྒྲེ། ཞེས་པས། རོ་གཅིག་རྒྱུང་དུ་དེའི་གོ་བ་ནི་  
བདེན་གཉིས་དབྱེར་མེད་གྱི་དོན་མཛོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པར་འདོད་ཀྱང་། འོག་མ་  
སྒྲོམ་བྲལ་གྱི་དུས་སུ་སྤང་སྤྲོང་གང་ཤར། སྤྲོང་མི་སྤྲོང་། སྒྲོམ་པ་དང་བྲལ་མ་བྲལ།

བདེ་མི་བདེ་སོགས་སྒྲོམ་བྲལ་རང་སྐབས་ཀྱི་གཉིས་འཛིན་རགས་པ་དག་ནས།  
སྒྲུང་གྲིང་འཁོར་འདས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སེམས་ཉིད་ཆོས་སྐྱུ་ཐིག་ལེ་ཉག་གཅིག་  
རོ་གཅིག་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་ཏེ་གང་ཤར་ཐ་མལ་གྱི་ཤེས་པ་སོ་མ་རང་སྒྲོམ་དུ་  
ཤར་ཏེ། གཉིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་གཉིས་མེད་ཟུང་འཇུག་ཡངས་པ་ཆེན་པོར་རྟོགས་  
པའི་དོན་ལ་ངེས་ཤེས་གཏིང་ནས་སྒྲུལ་ཏེ། དོན་ལ་ཕྱོང་ཞེན་ཉམས་ཀྱི་དྲི་མ་དང་།  
ངེས་ཤེས་ཡུལ་འཛིན་གྱི་དྲི་མ་ཕྱ་བ་ཡོད་པས་དེ་མ་ཆོད་བར་དུ་རོ་གཅིག་ཟུང་དུ་  
ཡིན་ནོ། །

འདིའི་དུས་སུ་འདྲེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་མྱོངས་པའི་དྲི་མ་སངས་ཀྱང་། ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་  
མྱོངས་པའི་མ་རིག་པ་མ་སངས། དུ་མ་རོ་གཅིག་དུ་རྟོགས་ཀྱང་རོ་གཅིག་དུ་མར་  
ཤར་བའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཆོས་ཉིད་མ་ཤེས་པས་ཟུང་འཇུག་གི་དོན་ལ་ངེས་ཤེས་ཏེ་  
ཅད་ཐལ་དུག་སྟེ། ཐ་མལ་གྱི་ཤེས་པ་རང་ག་འདི་ལ་བསྒྲོམ་པས་འཕེལ་རྒྱ་དང་།  
མ་བསྒྲོམ་པས་འགྲིབ་རྒྱ་མེད་པས་བསྒྲོམ་མ་བསྒྲོམ་བྱུང་མེད། ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་  
སྒྲུང་གྲིང་དགག་སྒྲུབ་བྱེད་རྒྱ་མེད། ཐམས་ཅད་ཆོས་ཉིད་མཉམ་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ་སྒྲུམ་  
དུ་ངེས་ཤེས་ཀྱི་རྟོགས་པ་དེའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་ཡར་བྲལ་དཀོན་མཆོག་ལ་སོམ་  
གྲུས་ཆད་ཅིང་དམ་ཆོག་ཉམས་ནས་རན་སོང་དུ་འགྲོ། མར་སེམས་ཅན་ལ་བྱམས་  
སྒྲིང་རྗེའི་དབྱངས་ཐག་ཆད། ཉམས་རྟོགས་རྗེ་ཡལ། སེམས་རྒྱུད་རྗེའི་དུང་ལ་འགྲོ།  
ལས་རྒྱ་འབྲས་བྱུང་དུ་བསང་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་བཞིག་ཅིང་སེམས་ཅན་  
གྱི་ལོག་རྟོག་གསོག་པའི་རྟེན་དུ་འགྱུར་བས། རོ་གཅིག་འདྲིད་པའི་ཐ་ལ་གཡེང་བྱ་  
བའང་དེ་ཡིན། ས་བདུན་པ་མཐོང་ན་ཉན་ཐོས་ཀྱི་སར་ལྟོག་པའི་སྐབས་ཡོད་  
ཅས་པ་དང་། ཡ་ཏི་ཁ་འབྲམས་སུ་སྒྲུལ་པའི་གོ་ལ་ས་བྱ་བ་དང་། ཟུང་འཇུག་ཐལ་  
དུག་དམ་རྟུག་མཐའ་རུ་གོ་ལ་བྱ་བའང་དེ་ཡིན་པས། དེ་དག་ངོས་ཟིན་བར་བྱས་ལ་  
སྒྲོན་དུ་ཤེས་པ་གལ་ཆེ།

རོ་གཅིག་སྒྲུང་ཐོག་དུ་སྒྲོ་འདོགས་ཆོད་ན་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་ཡིན་པས་  
རྟོགས་པའི་རྩལ་དང་རོལ་པ་མཁྱེན་རབ་དང་ཐུགས་རྗེ་ཐིན་ལས་ཕྱོགས་མེད་དུ་

ཤར་ནས། བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་པའི་ཐབས་ལ་འབད་ཅིང་རྟོགས་པའི་  
 དོན་ལ་སྐད་ཅིག་གྱང་ཡིང་བ་མེད་པར་བསྒྲུལ་བ་ནི་རོ་གཅིག་ཀྱང་དུམོ། །གཉིས་པ་  
 ཕར་ཕྱིན་འབྲིང་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ནི། གྲོལ་ཏིག་ལས། ཡིད་ཆོས་ཉམས་ཟད་གང་  
 ཤར་ཡུལ་ལ་འཛིན་པ་བྲལ། ལྷང་སེམས་འདྲེས་ཤིང་མཉམ་རྗེས་ཕལ་ཆེར་འདྲེས་  
 པ་ནི། སྒྲུལ་ལམ་འབྲིང་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་བྱ་དེ་ཉིད་ཡིན། ཞེས་པས་འཁོར་  
 འདས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྒྲོག་རང་གྲོལ་ལ་སོང་ནས་ཁུ་ལ་ཁུ་བཞག་པ་ལྟར་བྱུང་  
 འདྲུག་སྒོ་འདས་སུ་རྟོགས་པའི་བསམ་གཏན་དེ་ལ་དེར་འཛིན་ཡིད་ཆོས་ཀྱི་གཉེན་  
 པོའི་སྒྲིབ་པ་རྒྱུད་ཟད་ཡོད་པ་དེའང་བྲལ་བས་ཉོན་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་དག ལྷང་  
 སེམས་ལ་རང་བྱུན་རྒྱུད་པའི་མཐུ་ལས་ཡང་དག་གི་དྲན་པས་སྒྲོབ་པ་ཙམ་གྱིས་སྤང་  
 གཉེན་རང་གྲོལ་དུ་ཤར། ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་ཐ་དད་དུ་འཛིན་པའི་འདུ་ཤེས་སྤངས་  
 པའི་མཉམ་རྗེས་ཕལ་ཆེར་འདྲེས་པས་ཅི་ལྟ་བུའི་མཉམ་རྗེས་སུ་གོལ། འདིའི་མཉམ་  
 རྗེས་ཀྱི་ངོས་འཛིན་ནི་རང་ལུགས་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འདོད་  
 པ་ཁོ་བོའི་མན་ངག་གོལ་ཤོར་ཆར་གཅོད་དུ་ཤེས་པར་བྱས་ལ། སྐབས་སུ་མཉམ་  
 རྗེས་རང་མཚན་པར་ཤར་བའི་ཕྱིར། རྫོགས་ཆེན་སེམས་སྡེ་པས་མཉམ་གཞག་ལ་  
 འཁོར་འདས་རོ་མཉམ། རྗེས་ཤེས་ཆོགས་བརྒྱད་སྐྱུ་མ་ལྟར་ཁོང་དུ་རྒྱུད་ནས་  
 འཛིགས་པ་དང་བྲལ་བར་བཤད་པའང་འདིར་མཆོངས་ལ་སྒྲོར་བཞེད་པའི་བཤད་པ་  
 བཞེད་དུ་སྒྲོས་བྲལ་ཆེན་པོ་མི་ཐེས། རོ་གཅིག་འབྲིང་པོས་སྒྲུས་ཏེ་འདི་དང་མི་  
 མཆོངས་ཙམ་སྤང་སྟེ། ལུགས་སྒོལ་འདི་ལ་རྩོམ་ཆེད་ཆོག་ཀྱང་གི་དགོངས་པ་འཕྱུག་  
 པ་མེད་པར་བཀོད་པས་བསྐྱེས་བསྐྱེད་མི་བྱ་ལ། རྣལ་འབྱོར་དབང་ལྷག་མི་ལའང་  
 འདི་ལྟར་བཞེད་པ་ཡིན་ནོ། །

ཞེས་གསུངས། རྣལ་འབྱོར་བཞི་རིམ་པས། ཡང་། འབྲིང་པོ་སྤྱིང་ཞེན་ངེས་ཤེས་  
 རིམ་གྱིས་དག །ཅེས་པས། རྒྱུད་དུའི་སྐབས་ཀྱི་གཉིས་འཛིན་རགས་པ་དང་ཐུ་བ་  
 རྣམས་རིམ་གྱིས་དག་སྟེ། འདི་སྐབས་བདེ་གསལ་མི་རྟོག་གསུམ་ནི། ལྷང་སྤྱིད་  
 འཁོར་འདས་ཀྱིས་བསྐྱེས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སེམས་ཉིད་ཆོས་སྐྱུ་ཐིག་ལེ་ཉག་





གཅིག་གི་རོ་བོར་དུ་མ་རོ་གཅིག་མཉམ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པ་ནི་མི་རྟོག་པ། རྟོག་མེད་  
རང་གསལ་པ་ནི་གསལ་པ། དེའི་རང་ལ་གང་ཤར་མ་བཅོས་སོ་མ་གཟུང་འཛིན་  
མཚན་མ་དང་བྲལ་བ་ནི་བདེ་བའོ། །

དེ་ལྟར་བདེ་གསལ་མི་རྟོག་དབྱེར་མེད་པའི་རང་ལ། སོ་མ། མ་བཅོས། ལྷག་པ་  
གསུམ་གྱིས་མཉམ་རྗེས་སྒྲིང་སྒྲིང་རོ་མཉམ་དུ་བསྒྲོམ་དགོས། དེ་ལ་འདའ་མཉམ་  
མེད་པ་མཉམ་བཞག་སྒྲིང་སྒྲིང་རོ་མཉམ་རང་རོ་མ་ཤེས་པར་མཉམ་བཞག་སྒྲིང་པ་  
ཕྱོགས་གཅིག་དུ་སོང་བ་དེ་རོ་གཅིག་གི་རྗེས་ཤེས་སྒྲིང་པར་སྐྱེ་བྱ་བ་སྒྲིང་ཞེན་ཉམས་  
ཀྱི་དྲི་མ་ཡིན། རྗེས་ཤེས་སུ་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་མར་ཤར་བ་ཞིག་དགོས་ཀྱང་རེས་འཛིན་ག་  
ཅན་ནི་རྗེས་ཤེས་ཉམས་ཀྱི་དྲི་མ་ཡིན་ཚུལ་ལུང་མང་། དྲི་མ་རགས་པ་རྗེ་དག་དུ་སོང་  
ནས་བྲན་པས་མ་ཐེན་དུས་རྗེས་ཤེས་སུ་སྐྱབས་ཅོམ་འགོ་ཡང་། རྟོགས་པ་ཆོས་  
ཉིད་ཀྱི་རང་ལས་བྲལ་མ་མྱོང་བས། རོ་ཐེན་ཅོམ་གྱིས་མཉམ་གཞག་གི་སྒྲིང་དུ་སྒྲན་  
གྱིས་འགོ་བཙུག་རོ་གཅིག་གི་མཉམ་རྗེས་འདྲེས་བྱ་བ་དེ་ཡིན། བྲལ་བ་མེད་ཀྱང་ཐོབ་  
པ་ཡོད། སྐྱེས་ཆ་མེད་ཀྱང་གོལ་ཆ་ཡོད་གསུངས་འདུག་མཉམ་རྗེས་གཉིས་ཀྱི་ཆེ་ཡང་  
དག་གི་བྲན་པའི་རང་དུ་སྒྲིང་ཅིག་ཀྱང་ཡེངས་པ་མེད་པ་ཞིག་བསྒྲོམ་པ་གལ་ཆེ་གསུངས།  
དེ་ལྟར་བསྒྲོམས་པས་སྒྲིང་བཤད་པའི་སྒྲིང་ཞེན་ཉམས་དང་རེས་ཤེས་ལུལ་འཛིན་གྱི་  
དྲི་མ་རགས་པ་རྣམས་ཆོད་ནས་སེམས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་གདོད་མའི་གནས་ལུགས་  
མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་རང་རྒྱ་དུ་ལུལ་མེད་ལྟར་རེས་སོང་བ་ནི་རོ་གཅིག་  
འབྲིང་བའོ། །

འདིའི་དུས་སུ་ཤེས་བྱ་ཤེས་བྱེད་གཉིས་སུ་མེད་པར་སྒྲིང་སྒྲིང་འཁོར་འདས་ཀྱི་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་སེམས་ཉིད་ཆོས་སྐྱེ་ཐིག་ལེ་ཉག་གཅིག་གི་དངོས་གཞི་རྗེན་ལྟར་རེས་  
ཤར་བས་ན། འདི་ཡན་ཆད་ནས་སྒྲིང་བ་རྗེ་བརྟན་དུ་སོང་བ་ལས། རྟོགས་པའི་རོ་  
ཐོ་ལ་འཕར་རྒྱ་མེད་པར་གསུངས་ཀྱང་། སྒྲིང་བྱ་བ་རྣམས་རིམ་གྱིས་ཆོད་དེ་  
རྟོགས་པའི་དོན་ལ་གོམས་ཤིང་གྲོང་དུ་གྱུར་པ་ལས། རོ་གཅིག་ཆེ་འབྲིང་དང་སྒྲོམ་  
མེད་ཆུང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་རྣམས་དབྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་། སྒྲིང་བྱ་རགས་པ་

རྒྱལ་སྐོར་ཆོད་ཀྱང་ཕྱ་བའི་ཕྱ་བ་དང་ཡང་ཕྱ་རྒྱལ་སྐོར་དུང་ཡོད་དེ། དེ་ལ་སྤྱང་བྱ་སྤྱིར་  
དབྱེ་ན་མང་ཡང་། བསྟུ་ན་མཉམ་བཞག་གི་ཉམས་སྤང་དང་རྗེས་ཤེས་ཀྱི་མཚན་མ་  
གཉིས་སུ་འདུ་སྟེ། འོག་མ་སྒྲོམ་བྲལ་ཙམ་མི་དགོས་ཀྱང་། ཡང་མེད་ཀྱི་རང་དུ་གང་  
ཤར་སྐད་ཅིག་མ་རང་ཐོག་ཏུ་གཙུག་ལྗོངས་སྤྱང་ཅིང་བསྒྲོམས་པ་ཕྱ་གཙུག་རར་གཙུག་  
བྱེད་ལུགས་མི་འདྲ་བའང་ཤེས་པར་བྱས་ཏེ། འོག་མ་སྤྱོད་ཐོག་ཏུ་སྒྲོ་འདོགས་བཅད་  
པ། འདི་ནི་སྤྱང་ཐོག་ཏུ་སྒྲོ་འདོགས་བཅད་པ་ཡིན། དེ་ལ་འདྲ་སྒྲོ་རབ་ཀྱི་སྤྱང་བྱ་ཕྱ་  
རགས་ཐམས་ཅད་དུས་གཅིག་རང་ཆོད་དུ་འགྲོ་བ་ཡོད།

སྒྲོ་འབྲིང་མན་ཆད་ལ་དུང་མཉམ་རྗེས་རེས་འཛོག་ཐེ་ཆོམ་སྤྱགས་ཞེན་ལ་སོགས་  
པ་ཡོད་པས། ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རང་རར་གིན་ཏུ་བཏོན་ནས་མ་བསྒྲོམས་ན་རང་མཐོང་ཕྱ་  
མོས་ཐ་མལ་གྱི་ཤེས་པ་འདི་ལ་གཞན་མི་དགོས་སྟམ་པའི་དྲན་པ་བཏང་ནས་སྤྱི་བ་  
པ་ལྟོད་ན་ཐོ་སྤྱི་ཙམ་གྱི་ལྟ་བ་གོ་ཡུལ་དུ་ལུས་པས་མཐར་ཐིན་གོང་མའི་ཡོན་ཏན་མི་  
ཐོབ། གོང་མའི་དུས་སུ་འདྲ། སྒྲོམ་ལམ་འབྲིང་པོར་ཐང་ལྟོད་འོང་། ཡོན་ཏན་སྤྱིར་  
རུས་བཅོན་འབྲས་བྱ། སྒྲོམ་ལམ་ཆེན་པོར་བཏང་སྒྲོམས་འོང་། གཉེན་པོ་སྤྱང་  
ཅིག་ཡོང་མེད་བྱ། ཞེས་གསུངས་འདུག་ན་གོང་སྤྱི་སྒྲོ་འབྲིང་མན་ཆད་ཀྱིས་ཐང་  
ལྟོད་ཀྱི་དབང་དུ་མི་བཏང་བར་སྤྱི་མའི་གདམས་རག་རང་གིས་ཉམས་ཉོགས་དང་  
སྤྱིར་ཏེ། རགས་པ་ཙམ་ཆོད་པའི་རང་དུ་མི་བཞག་པར། གཙུག་ལྗོངས་སྤྱི་ལ་ལས་གོང་  
མའི་ཕྱ་བའི་ཕྱ་བ་ཡང་ཕྱ་རྒྱལ་སྐོར་རིམ་པས་སྤྱངས་ཤིང་ཆོད་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་ལར་ཐིན་ཆེན་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ནི། གྲོལ་ཏིག་ལས། ཡུལ་སྤང་སོ་མ་བཅོས་  
བསྤྱད་མི་དགོས་སྒྲོམ་དུ་ཤར་། མཉམ་རྗེས་ཁོར་ཡུག་འདྲེས་ཀྱང་མཚན་འབྲུལ་ཡོད་  
པ་ནི་། སྒྲོམ་ལམ་ཆེན་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་བྱ་དེ་ཉིད་ཡིན་། ཞེས་པས། སྤྱིར་སྤྱང་  
སེམས་རོ་གཅིག་ཏུ་འདྲེས་ཤིང་ཇི་ལྟ་བའི་མཉམ་རྗེས་ལ་རེས་འཛོག་ཡོད་པ་དེའང་  
བརྟན་པ་ཆེར་ཐོབ་སྟེ་ཉིན་སྤྱང་ལ་ཁོར་ཡུག་འདྲེས། འཛོགས་སྤྱག་ལ་སོགས་སྒྲོ་  
བྱར་བའི་ཡུལ་སྤང་ལ་གཉེན་པོས་འཇུན་མི་དགོས་པར་རྗེས་ཐོབ་ཀྱི་རྣལ་དུ་འཆར་  
བ་ལ་མ་དུ་སྤྱངས་རོ་གཅིག་ཆེན་པོར་བཏགས་པའོ། །པར་ཐིན་ཐོག་པ་དང་བསྟན་

ལྷན་ཁྲིའི་འབྲིང་གིས་ས་གསུམ་པ་འོད་བྱེད་པ་སྟེ་བཟོད་པའི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པའོ། །

འབྲིང་གི་རྒྱུད་ཅུས་ས་ལྟ་བུ་སྤྱད་ས་དཀའ་བ་སྟེ་བསམ་གཏན་གྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའོ།

འགྲིང་གི་ཆེན་པོས་ས་བདུན་པ་རིང་དུ་སོང་བ་ལྟེ་ཐབས་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའོ། །ཆེན་

འབྲིང་གིས་ས་དགུ་བ་ལེགས་པའི་སྒོ་ཁྲོས་དེ་སྒྲོན་ལམ་གྱི་པ་རོལ་དུ་སྤྱོན་པའོ།

ས་བརྩུལ་འགྱུར་འདི་རུ་བརྩི་བ་ཡིན་པས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་མཆོངས་ལ།

དེ་བཞིན་གསལ་སྤྲོད་པ་དང་། རེ་མེས་ཅན་ཡང་དག་སྒྲུབ་བ་ཡ། །འཇག་ཏུ་འོ

པར་གང་ཡིན་སངས་རྒྱས་དང་། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བྱུང་པར་ཉིད། །ཅིས་

ཕྱོགས་མཚུངས་པར་བསྟན་གྱང་། དེ་དུ་བྱ་བ་དང་བྱུང་བ་གཉིས་ཀྱི་མཐོང་མཐོང་།

[illegible]



བྱ་བྱམ་གྱི་དཔེས་བཤད་ཟིན་ཏོ། །ཞེས་སོ། །རྣལ་འབྱོར་བཞི་རིམ་པས། ཡང་ཆེན་  
པོ་ཆོས་ཉིད་གཞུག་མ་རང་བབ་གྲོད། །ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དེ་ཡི་རང་དུ་ཞི། །  
ཞེས་པས། དེ་ལ་སྤྱི་མཐོང་མཉམ་རྩེས་ཀྱི་དྲི་མ་རགས་པ་ཆོད་ཀྱང་ཕྱ་བ་བག་ཉལ་དུ་  
ཡོད་པ་སྤྱོད་ནས་ཆོད་དགོས་པས། གཙུན་ལྟོད་སྤེལ་ཏེ་མ་བསྟོམ་ན་རོ་གཅིག་གཤིང་  
ཐོབ་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་མཆོན་ཉིད་པ་མིན་པས། དེའི་ཕྱིར་གང་ཤར་ཐམས་ལྟེ་གྱི་ཤེས་པ་  
སོ་མ་དེ་སྟོམ་དུ་ཤར་བའི་ཡང་དག་གི་དྲན་པས་མཉམ་རྩེས་གཉིས་ཉིན་པར་ཁོར་  
ཡུག་ཏུ་མ་སོང་བར་བསྐྱུང་དགོས། དེའང་དལ་ལུར་འདུག་ཅིང་བསྟོམ་པ་ལ་མཉམ་  
བཞག་དང་། ལངས་ཏེ་སྤྱོད་ལམ་བྱས་དུས་རྩེས་ཐོབ་ཀྱི་ཐ་སྙད་མི་ཕྱེད་པར། རྣམ་  
པ་ཀུན་ཏུ་བཟང་ངན་གཉིས་ཀྱི་ཉམས་རྟོགས་ཀྱི་མ་བསྐྱུད་པར་རྟོགས་པའི་ངོ་བོ་ལ་  
བསྟོམ་རྒྱ་མེད་པས། སྟོམ་མེད་ཀྱི་རང་ལ་ཡང་མེད་དུ་བསྐྱུང་དགོས་པའི་ལུང་མང་  
དུ་གསུངས་འདུག

དེ་ལྟར་ཐ་མལ་རང་ཁར་མི་བཏང་བར་བསྟོམ་པས་མཆོན་མོ་རིས་འགའ་གཉིད་དུ་  
འདྲེས་པའང་འོང་སྟེ། དེ་ལྟར་བསྟོམས་པའི་ཕན་ཡོན། མ་བསྟོམ་པའི་སྟོན་ནམ་  
ཉིས་དམིགས་གོང་བསྟན་ལྟར་བཏང་སྟོམས་སྤྱི་མི་བཞག་པར་སྟོམ་མེད་ཡང་མེད་  
རང་དུ་ཉམས་སྤྱུང་པས། རོ་གཅིག་སྐབས་ཀྱི་སྤང་བྱ་ལལ་ཆེར་ཆོད་ནས་ཏིང་ཏེ་  
འཛིན་མཐར་ཕྱིན་ཏེ་རོ་གཅིག་གི་རྟོགས་པ་དེ་དུ་མའི་སྤང་བར་ཤར་ནས། སྤང་སྟེད་  
འཁོར་འདས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སེམས་ཉིད་ཆོས་སྐྱུ་ཐིག་ལེ་ཉག་གཅིག་དངོས་  
གཞིར་ལྟང་ངེར་ཤར་བ་དེ་ལ་སྐྱེ་འཇིག་འཕོ་འགྱུར་འཕེལ་འགྲིབ་མེད་པ་རྒྱ་མཚོ་  
ཆེན་པོའི་འཛིངས་ལྟར་འགྱུར་བ་མེད་པའི་གཤིང་ཆེན་པོ་ཐོབ་པ་ནི་རོ་གཅིག་ཆེན་  
པོའོ། །

སྟོབ་དཔོན་པདྨས། སྤང་བ་དང་སྟོང་བ་ཡང་མིང་ཙམ་དུ་ལྟོས་པའི་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་སྤང་  
བ་། དངོས་པོ་མཆོན་མར་མ་གྲུབ་པས་སྟོང་པར་མིང་བཏགས། སྟོང་བ་མེད་པ་མ་  
ཡིན། རང་བཞིན་གསལ་བ་མ་འགགས་པས་སྤང་བར་མིང་བཏགས་པ་ལས་དོན་  
ལ་སྤང་སྟོང་གཉིས་སྐད་ཅིག་ཀྱང་སྤྱི་ཕྱི་འཕོ་འགྱུར་ཐ་དད་ཡོད་མ་ཕྱིང་བས་སེམས་



གྱི་མཚན་ཉིད་ཅིང་ཡང་མ་འགགས། མ་གྲུབ། མི་གནས། ཐམས་ཅད་དབྱེར་མེད་  
འདྲ་གསལ་ཆེན་པོར་གདོད་ནས་ཡོད་པ་དེ་མཛོན་སུམ་དུ་རིག་པ་ནི་རོ་གཅིག་ཆེན་  
པོ་རྟོགས་པ་ཡིན་གསུངས་སོ། །

འདིའི་སྐབས་སུ་དགེ་འདུན་གྱི་ཚོགས་དཔོན་ཆོས་བཤད་དབང་བསྐྱར་སོགས་གཞན་  
དོན་གྱི་དུས་ཡིན་པས་རང་ལ་མི་གཞོད་ཅིང་གཞན་དོན་མཚན་ཉིད་པ་འབྱུང་བ་  
སོགས་ལུང་མང་ངོ་། །རྟ་ཅང་གཡེང་ཐལ་ན་ཉམས་རྟོགས་འགྲིབ་ནས་པོགས་ཐོན་  
པ་དགའ་བས། རྟོགས་པའི་ངོ་པོ་ལ་པོགས་འདོན་རྒྱ་མེད་ཀྱང་གོམས་པ་མཐར་  
ཕྱིན་དགོས་པས། རྒྱུ་པར་རྟོག་པ་དང་རྒྱུ་པར་དབྱེད་པ་སློབ་ལས་འདས་མ་འདས་  
གྱི་ཁྱད་པར་ཡིན་པས་སློབ་འདས་གྱི་ཤེས་རབ་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་བརྩོན་པ་ནི་གལ་ཆེ་  
གསུངས་འདུག་གོ། །དེ་ལྟར་རོ་གཅིག་རྒྱུང་དུ་རོ་གཅིག་གི་གཞི། འབྲིང་པོ་ནི་ལམ།  
ཆེན་པོ་ནི་འབྲས་སུའོ། །གསུམ་པ་སྟོན་དག་ཚུལ་ནི། སློབ་དཔོན་པདྨ་ས། རོ་གཅིག་  
རྩལ་རྟོགས་ཙཱ་ན་སྤང་སེམས་གཉིས་མེད་གྱི་འདྲ་གསལ་གར་བས་ཤེས་བྱའི་སློབ་  
པའི་སྟོན་དག་ཉན་རང་དུ་མི་ལྟོག་དགའ་བྱོད་ལྟའི་སྤྱི་བདུད་བཅོམ་སོ། །ཞེས་  
སོ། །བཞི་པ་ཡོན་ཏན་སྟེ་ཚུལ་ནི། སློབ་དཔོན་པདྨ་ས། ཡོན་ཏན་སྤང་བ་སྤྲུམ་  
གར། ཆོས་བརྒྱད་རོ་སྟོམས། སྤང་བ་བདེན་རྒྱུན་བྲལ། འདྲ་གསལ་གྱི་དོན་ལ་  
དགའ་བྲལ་གྱི་དགའ་བ་སྟེ། སྟོམ་ལ་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་ཡོན་ཏན་སྟེ། རྒྱ་འབྲས་སྤྱོད་  
ཉིད་དུ་ཤེས་པས་སྟེ་མ་ལྟ་སྤྱི་རྟོན་འབྲེལ་ལ་དབང་ཐོབ་ནས་སྟོགས་ཤེས། སྤྲུམ་  
སངས་རྒྱུ་ཆོས་སྤྱར་མཐོང་བས་གཉིས་མེད་གྱི་བྱིན་རྒྱལ་འདུག་རང་དོན་ཞོར་  
ལ་འབྱུང་ཞིང་། གཞན་དོན་བསྐྱབ་པའི་དུས་ཡིན་པས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་སྤྱོད་དང་  
མཐུན་ནོ། །ཞེས་སོ། །

ལྟ་བུ་ཏིང་ངེ་འཛིན་དེ་པོགས་འདོན་ཅིང་གོང་མ་ལ་སྟོར་ཚུལ་ནི། དུ་བྲལ་བས། དེ་  
ལྟར་རོ་གཅིག་རྩལ་ཀ་རྟོགས་ཙཱ་ན། །རང་སྐབས་སྟོན་དག་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་སྟེ། །  
དེ་ཉིད་སྟོམ་མེད་རྣལ་འབྱོར་ཉིད་ལ་སྟོར། །སྟོར་ཚུལ་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་རྒྱང་  
འབྲེལ་གྱིས། ཞེས་པས། རོ་གཅིག་རྒྱུང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་འདི་བྱང་ཚུབ་སེམས་

དཔལ་པོ་ལམ་མཐར་ཕྱིན་ཅམ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་། དཔལ་ན་ལོ་རྟོག་ལ་སྤྱོད་པ་  
 ཅམ་གྱིས་མི་ཆོག་མཐར་མ་ཕྱིན་གྱི་བར་དུ་སོ་ནམ་གྱི་འབད་ཚུལ་དགོས་པ་བཞིན་  
 དུ། རོ་གཅིག་ནལ་འབྱོར་མཛོན་དུ་གྱུར་ཀྱང་མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་སུ་མིན་པའི་བྱིར་  
 རོ་གཅིག་འབྱོར་པོར་མ་སྒྲེབ་བར་དུ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་དགོས། འབྱོར་  
 པོར་སྒྲེབ་ནས་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་རུང་མ་བསྟེན་རུང་། མདོ་རྒྱུད་དམ་སྤང་སྤྱོད་  
 དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཅིང་། གང་གི་མན་རག་ཟབ་མོའི་བདག་སྟེན་དང་།  
 རང་གིས་མོས་གུས་ལམ་དུ་སྤྱོད་བའམ་ཤེས་རབ་ཟབ་མོའི་ཉིང་ལེན་གཉིས་འཛོམ་  
 པའི་སྒོ་ནས་ལྷ་སྒོམ་སྤྱོད་གསུམ་ཡ་མ་བྲལ་བས་ཉམས་སུ་སྤངས་ནས་བོགས་འདོན་  
 ཅིང་གོང་མ་ལ་སྒྱུར་ཚུལ་ལུང་མང་ངོ་། །

བཞི་པ་ལྷུན་གྲུབ་སྒོམ་མེད་ནི། སྤོང་བྱ་བྲལ་པས། ཡང་དག་དུན་པ་རྟོལ་ནས་སྒོམ་  
 དང་བྲལ། མ་བསྒོམས་རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་འདུ་འབྲལ་མེད། མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་  
 ཁོར་ལུག་སྒོམ་མེད་ཡིན། ཞེས་པས་དེ་ལ་ལྷ་སྟེ། སྒོམ་མེད་གྱི་ངོ་བོ་སྤྱིར་བསྟན་པ།  
 བྱེ་བྲག་རྒྱུང་འབྱོར་ཆེ་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ། སྟེན་དག་ཚུལ། ཡོན་ཏན་སྟེ་ཚུལ། ཉིང་ངེ་  
 འཛིན་ལ་བོགས་འདོན་རྒྱ་མེད་པར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ངོ་བོ་སྤྱིར་བསྟན་པ་ནི།  
 དེ་འང་འོག་མའི་རོ་གཅིག་གི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཐབས་མཁས་ཀྱི་སྒོ་ནས་བསྐྱུང་བའི་མཐུས་  
 སྒོམ་མེད་གྱི་རྣལ་འབྱོར་དུ་ཤར་ཏེ། གདོད་མའི་གནས་ལུགས་ལྷུན་གྲུབ་མཉམ་པ་  
 ཉིད་གྱི་དོན་མཛོན་དུ་གྱུར་ནས། ཤེས་བྱ་ཤེས་བྱེད། རྟོགས་བྱ་རྟོགས་བྱེད། བསྒོམ་  
 བྱ་དང་སྒོམ་བྱེད་སོགས་གཉིས་མེད་གཞི་ཐོག་ཏུ་འབྲས་སུ་སྒྲིན་ཏེ་སྤྱོད་གསུམ་མ་དང་  
 འཐུད་པས། ཚུལ་སྤྱུབ་དང་བོགས་འདོན་རྒྱ་གང་ཡང་མེད་པར་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོ་  
 ཁོར་ལུག་ཏུ་སོང་བའོ། །

དེ་ལ་རོ་གཅིག་དང་སྒོམ་མེད་གྱི་བྱུང་བར་ནི། ཡང་དག་པའི་དུན་པ་ལས་མ་འདས་  
 བ་རོ་གཅིག་འདས་ན་སྒོམ་མེད། རོ་གཅིག་ནི་སེམས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད། སྒོམ་མེད་ནི་  
 སེམས་ཀྱི་གནས་ལུགས། རོ་གཅིག་ནི་སྤྱོད་པའི་རྒྱང་འཇུག་ སྒོམ་མེད་ནི་མི་སྤྱོད་  
 པའི་རྒྱང་འཇུག་ཡིན་པས། འོག་མའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་མཐར་ཕྱིན་པའི་འབྲས་སུ།

གདོད་མའི་གནས་ལུགས་ལྟན་ཀྱང་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་མཛོད་དུ་གྱུར་པ་ལ།  
 སྒོམ་སྒྲུབ་ཀྱི་ཚུལ་བམི་དགོས་པར་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོ་ཁོར་ཡུག་དུ་སོང་བ་ཡིན་པའི་  
 དོན་སློང་དང་བལ་དགོས་པ་སྟེ། སོ་སོའི་སྒྲིབ་པ་མཉམ་པ་ལ་གཟུང་འཛིན་གྱི་རྟོག་པ་  
 རང་ཁ་མའི་སྒྲོ། ཆོགས་སྒྲུབ་དུ་སྒྲར་བྱ་གཟུང་འཛིན་དང་གཉེན་པོ་ཡེ་ཤེས་འདོར་  
 ཡེན་གྱི་སྒྲོ། མཐོང་སྒོམ་དུ་སྒྲར་གཉེན་ངོ་བོ་གཅིག་ཀྱང་གཉེན་པོ་ཡེ་ཤེས་བཞེན་  
 པའི་སྒྲོ། མཐར་ལམ་དུ་གཉེན་པོ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྲ་བའི་ཡང་སྤྲ་སྟེམས་ཀྱི་སྒྲོ། སངས་  
 རྒྱལ་ནས་སྒྲོ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལས་འདས་པའི་འཛིན་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་སམ། གྲོལ་  
 རྒྱལ་ཡང་། སྒོ་གཉིས་འཛིན་གྱི་སྒྲིབ་པ་རེ་སངས། གཉིས་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་རེ་རྒྱལ་  
 ལ་སོང་སྟེ། མཐར་སྒྲིབ་པ་མ་ལུས་པ་སངས་པས་ཡེ་ཤེས་མ་ལུས་པ་སྤྱོགས་མེད་དུ་  
 རྒྱས་པའོ། །

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་རྒྱུང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་ལ་གཉིས། མདོར་བཟུམ། རྒྱལ་  
 བཤད་དོ། །དང་པོ་ནི། བྱ་བལ་བས། རྟོགས་དང་གོམས་དང་མཐར་ཕྱིན་རྒྱུང་  
 འབྲིང་ཆེ། ཞེས་པས། གདོད་མའི་གནས་ལུགས་ལྟན་ཀྱང་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་  
 མཛོད་སྒྲུབ་དུ་གྱུར་པ་ལ། བསྒྲོམ་བྱ་སྒོམ་བྱེད་མེད་པར་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་  
 ཁོར་ཡུག་གཅིག་དུ་གྱུར་ཀྱང་ཤེས་བྱ་བག་ཉལ་གྱི་སྒྲིབ་པ་སྤྲ་བའི་སྤྲ་བའི་ཡོད་པའི་ཆ་  
 བས་སྒོམ་མེད་རྒྱུད་དུ། ཡང་སྤྲ་ཡོད་པའི་ཆ་ནས་འབྲིང་པོ། ཡང་སྤྲ་དང་བཅས་པ་  
 དག་ནས་སྒྲིབ་གསུམ་གཏན་དག་ལ་གནས་པའི་ཆ་ནས་ཆེན་པོའོ། །

པར་ཕྱིན་སྟེག་པའི་ལུགས་མི་སྒྲོབ་པའི་ལམ་ལ་རྒྱུང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་དུ་བཞེད་པའི།  
 དང་པོ་རྒྱུང་དུའི་རྣལ་འབྱོར་ནི། གྲོལ་ཏིག་ལས། དུན་འདུན་ཚུལ་བའི་སྒྲོ་ཟད་མཉམ་  
 རྗེས་ཁོར་ཡུག་འདྲེས། གཉིད་དུས་འཁྲུལ་བའི་དྲི་མ་སྤྲ་མོ་ཡོད་པ་ནི། མི་སྒྲོབ་རྒྱུང་  
 དུའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་བྱ་དེ་ཉིད་ཡིན། ཞེས་པས། ལམ་འོག་མ་རྣམས་རྗེས་ཐོབ་ཀྱི་  
 རྒྱལ་ལ་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་དཔག་དུ་མེད་པར་རྫོགས་པའི་མཐུ་  
 ལས། འདོད་ཁའི་ལྷ་བ་ལུང་རིག་གི་དངོས་པོས་བརྟག་དུ་བཟོད་པ་ཟུང་འཇུག་དང་།  
 གཉིས་མེད་དང་། བརྗོད་བལ་ཅམ་དུ་འང་འཛིན་པའི་ཁས་ལེན་མཐའ་དག་རང་

སར་ཞིག་སྟེ། ད་ལཱའི་ཤེས་པ་ག་མ་ཉམས་ཤིང་མདོག་མ་བསྐྱར་ལ། སྒོ་ས་མ་  
བྱས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ངོ་བོར་བསྒྲུམས་བྱ་རྒྱལ་ཙམ་མི་འདུག་པ་ལ་སྒོ་ས་བྱེད་གང་  
ནས་རྟེན་མཉམ་པར་གཞག་བྱ་འཛིག་བྱེད་དང་བྲལ་བ་རྗེས་ཐོབ་གང་ནས་འཛོལ།  
ལྟ་བ་བཟང་པོའི་ཤུབས་ནས་ཐོན་པ་ལ་དྲན་པས་གང་ལ་འཛིན། ཡེངས་ཡུལ་ཆོས་  
ཉིད་དུ་སོང་བས་ཡེངས་མཁན་སྤྱུང་བྱེད། དགོངས་པ་གྲོང་ནས་གྲོལ་ཏེ་གཏད་མེད་  
ཡེ་འབྱུམས་སུ་སོང་བ་ལ་བྱ་རྩེལ་གང་ནས་བསྐྱབ། འཁོར་འདས་ཀྱི་སྤྱང་ཆ་རི་ལྟར་  
ཤར་ཡང་ཞེན་མེད་ལྷན་གྲུབ་རྒྱ་མཚད་པ་ལ་དྲན་པའི་སོ་པ་གང་ལ་འཛིན། སྒོ་ས་པའི་  
ཞེ་འདོད་མིང་ནས་ཞིག་པས་བཞག་པས་ཆོག་གོ། །འཛིག་རྒྱ་ནི་མེད་དེ་ལྷན་གྲུབ་རྒྱ་  
འདུག་གོ། །ཡོད་པ་ནི་མ་ལགས་ངོས་བཟུང་དང་བྲལ་ཡོ། །མེད་པ་ནི་མ་ལགས་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་དགོངས་པ་ལགས་སོ། །

ད་རེས་གྲོང་ཆེན་རབ་འབྱུམས་ཀྱི་བྱ་བ་རྒྱུད་དུ་སོང་བས། རང་ཉིད་གཅིག་ཤར་བྲག་  
ཤྱག་ནང་དུ་ཆིག་རྒྱུ་ཤོད་ཤོར་ནས། ཨ་ལ་ལ་རྟོ། ཨ་ལ་ལ་རྟོ། ཨ་ལ་ལ་རྟོ། ཞེས་  
མགིན་པ་ཡོངས་སྤྱོད་ཀྱི་འཁོར་ཡོད་རྩ་རྩ་བརྩུང་ངོ། །དོན་མོངས་ཆོག་ལ་ཞེན་པ་  
ཁྱེད་ཅག་གིས་བལྟས་ན་ཉ་ཤར་གི་ལྟ་བ་ཨི་ཡིན་སྟུམ་པ་ལོས་ཡོད་དོ། །པོན་པོའི་  
ལྟ་བ་ཨིན་པ་འདྲ་དགོངས་པ་ལོས་ཡོད་དོ། །གཅེར་བྱ་རྒྱུངས་འཕེན་པའི་གྲུབ་  
མཐའ་འདྲ་སྟུམ་པ་འདུག་གོ། །ཉེ་ཉེ། དཔལ་པོ་རྫོ་མི་གནས་པའང་འདི་གར་  
འདུག་གོ། །ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ་སྒོ་ལས་འདས་པའང་འདི་གར་འདུག་གོ། །རྫོགས་པ་  
ཆེན་པོ་གདོད་ནས་རྣམ་དག་གྲུང་འདི་གར་འདུག་གོ། །གཞི་མེད་རྩ་བལ་གྱི་གདོན་  
ཆེན་རྣལ་འབྱོར་པའི་སྤྱིང་ལ་ཞུགས་ནས་ཅི་བྱེད་མི་གདའོ། །

ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ཆོས་སྐྱར་ཐིམ་པའི་སྒྲོན་པ་ལ་གཟའ་གཏད་ཀྱི་དྲན་པ་ཡོད་པ་  
མ་ལགས་པས། བྱ་རྒྱུད་དང་བྱེད་རྒྱ་མེད་པའི་ངང་ལ་འདར་ཉལ་བྱས་ཏེ་བསྐྱད་པས་  
ཡུལ་ལྗའི་རང་གངས་ཀྱི་ཤེས་པ་སྤྲོ་མོ་དེ་ཉིད་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་འདྲེས་  
ནས་མི་གདའོ། །འདྲེས་པ་དེ་སྐྱར་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་སྤྱབས་སུ་རྒྱུད་པ་ལ་  
ཆོས་སྤྱིའི་འོད་གསལ་གྱི་མར་མེ་རང་འབར་བས་རང་བཞིན་གྱི་སྒྲོས་པ་དང་བྲལ་





བར་གནས་སོ། ཉེ་ལྷ་ནང་ལྷག་མཐོང་གསལ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཕལ་མ་རྫོགས་  
 བས་སྒྲར་གྱི་ཀུན་གཞིའི་སྤྱབས་སུ་འབྲམས་ནས་འདྲ་གསལ་གྱི་མར་མེ་དེ་གི་ནས་  
 མི་འདུག་གོ། ཉེའི་ཆོ་ཡིད་ཤེས་ཁོ་གཅིག་སྤར་ལངས་ནས་མི་ལམ་གྱི་གྲོང་ཁྱེར་ག་  
 ལ་བ་དེར་སྤྱན་ནས་སྤང་བ་དྲ་ཀར་དམར་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱི་བསྐྱུས་པ་ཞིག་བྱུང་བས་འབྲུལ་  
 བའི་ཆ་ཤས་ཤིག་ད་དུང་འདུག་གོ། ཞེས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཅི་ལྷར་མཐོང་བའི་སྤྲོད་ནས་  
 མིང་ཆོག་གིས་བྱངས་ནས་གསལ་ལ་དབྱིངས་ཆེ་བར་བཤད་པ་སྟེ་མ་རྒྱ་སྤྱད་སྒྲ་སྒྲོམ་  
 མེད་ཆུང་དུའི་མིང་འདྲེགས་ཅམ་ཆ་མཆུངས་སུ་སྒྱུར། ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། རྣལ་འབྱོར་བཞི་རིམ་པས། ཡང་། འོག་མ་ལས་  
 འཕགས་འོག་མའི་ལྷོས་ཆོས་ཡིན། ཆུང་འབྲིང་བག་ལ་ཉལ་བ་གཉིས་ཀྱིས་སྟེ། །  
 ཞེས་པས་སྒྲོམ་མེད་ཆུང་དུ་ནི། བསྒྲོམ་བྱ་སྒྲོམ་བྱེད་མེད་པར་མཉམ་གཞག་ཡེ་ཤེས་  
 ཀྱི་ཁོར་ཡུག་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པའོ། ཉེ་འདྲ་འོག་མ་རོ་གཅིག་གི་དུས་སུ་དྲན་པས་ཟིན་  
 མ་ཟིན་ལ་ལྷོས་ཏེ། ཐལ་བ་མེད་ཀྱང་སྤོབ་པ་ཡོད་པའི་གཉིས་འཛིན་རོ་གཅིག་ཆུང་  
 དུའི་དུས་སུ་རགས་པ། དེ་ནས་ཉིང་དེ་འཛིན་རྗེ་བརྟན་ལ་སོང་བ་བཞིན་དུ་གཉིས་  
 འཛིན་རྗེ་སྤྲ་རྗེ་སྤར་སོང་སྟེ། རོ་གཅིག་ཆེན་པོར་ཡང་གཉིས་འཛིན་སྤྲ་མོ་ཞིག་ཡོད།  
 འདིར་གཉིས་འཛིན་སྤྲ་མོ་དེ་འདྲ་མེད་པར་མཉམ་གཞག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་གཅིག་  
 ཏུ་གྱུར་ཀྱང་། ཤེས་བྱ་བག་ལ་ཉལ་གྱི་བྱི་མ་ཆ་སྤྲ་བ་ཞིག་ཡོད་གསུངས། དེ་རོས་  
 གཟུང་བ་ནི། ཉིན་པར་མཉམ་རྗེས་མེད་ཀྱང་མཆོན་མོ་གཉིད་ཀྱི་དུས་སུ་དོ་མ་ཤེས་  
 སམ། ལུང་མ་བརྟན་མཛོན་ཅམ་རེ་ཡོད་གསུངས། འདི་ཤེས་བྱའི་སྤྱིབ་པ་གཉིས་ལས་  
 ཤེས་བྱ་ཤེས་སུ་མི་སྟེར་བའི་སྤྱིབ་པའི་ལྷག་མ་ཡིན། བག་ལ་ཉལ་གཉིས་ལས་ཉོན་  
 མོངས་པ་བག་ལ་ཉལ་གྱིས་སྤྱིབ་པའི་ལྷག་མ་ཡིན། ཤེས་བྱ་ཤེས་སུ་མི་སྟེར་བ་དང་།  
 ཉོན་མོངས་པ་བག་ལ་ཉལ་བ་གཉིས་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན། ཤེས་བྱ་  
 དམ་འཛིན་གྱི་སྤྱིབ་པ་དང་།

ཤེས་བྱ་བག་ལ་ཉལ་གཉིས་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན། དེ་བཞི་ཀ་ཚུགས་  
 གཅིག་བསྒྲོམ་པ་ལ་ཤེས་བྱ་བག་ལ་ཉལ་གྱི་སྤྱིབ་པ་ཟེར། དེ་འདྲ་དབེར་ན་སུན་སུབ་

ཁྱེད་ན་ནམ་ལངས་མི་དགོས། ལྷན་རྒྱུ་པ་ལ་ལྷོས་ནམ་ལངས་དགོས་པ་བཞིན་  
 དུ། སྤང་བྱ་ཉོན་མོངས་པ་བག་ལ་ཉལ་དེ་མེད་ན་གཉེན་པོ་ཡེ་ཤེས་ལ་གསལ་  
 འགྲིབ་མེད། སྤང་བྱ་བག་ལ་ཉལ་བ་དེ་ཡོད་པ་ལ་ལྷོས་ཏེ་གཉེན་པོ་ཡེ་ཤེས་རང་  
 གསལ་དུ་ཤར་བའི་རང་ལ་སྒྲོམ་དགོས་པ་ལ་ཤེས་བྱ་དམ་འཛིན་ནམ་ཤེས་བྱ་བག་  
 ལ་ཉལ་ཟེར། དེ་ལྟར་བསྒྲོམ་ཡང་འོག་མ་གཟུང་དུན་ལྟ་བུའི་རྩོལ་བ་མེད་པ་ཨ་ཙང་  
 ཆེ། ཡང་དག་དུན་པ་ལྟ་བུའི་རྩོལ་བ་ཡང་མེད་པར་ཆོས་ཉིད་རང་སྒྲོམ་ཡིན་པས།  
 རྩོལ་མེད་གྱི་དུན་པ་ཟེར། དེ་ལྟར་རྩོལ་མེད་གྱི་རང་དུ་སྒྲོམ་དགོས་ཏེ། དེའང་བག་  
 ལ་ཉལ་འདི་གཅོད་པར་བྱེད་པ་ལ། སྤྲིག་པ་མི་དགེ་བའི་ལས་དང་ཡང་བ་སྤྲུག་  
 བསྐྱེད་བའི་ལས་ལ་སོགས་རོ་སྒྲོམས་གྱི་སྦྱོད་པ་དང་བསྐྱེད་ཤིང་བསྒྲོམ་ན་ཆོད་  
 ལུབ་པར་གསུངས། དེ་ལྟར་རོ་སྒྲོམས་གྱི་སྦྱོད་པ་ལ་བསྐྱེད་རུང་མ་བཞེན་རུང་བག་  
 ལ་ཉལ་ཆོད་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན་ཉི་མ་ཤར་བས་ལྷན་པ་རང་ཤུགས་གྱིས་སངས་པ་  
 བཞིན་དུ། གཉེན་པོ་རྗེ་ལྟ་བུའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་བརྟན་པ་ཐོབ་ནས་ཁོར་ཡུག་ཏུ་  
 མོང་བས། སྤང་བྱ་བག་ལ་ཉལ་གྱི་སྦྱིབ་པ་རང་ཤུགས་གྱིས་སངས་པ་འོ། །

དེ་ལྟར་ཉོན་མོངས་བག་ལ་ཉལ་ཆོད་པས་ཤེས་བྱ་བག་ལ་ཉལ་རང་ཤུགས་གྱིས་ཆོད་  
 པ་འོ། །དེ་ལྟར་སྒྲོམ་མེད་རུང་བསྐྱེད་ཀྱི་བག་ལ་ཉལ་སྤྲ་བ་དང་ཡང་སྤྲ་ཡོད་པར་  
 གསུངས་པས་ན། བག་ཉལ་གྱི་རོ་བོ་སྤྲ་མ་དང་འདྲ་ཡང་སྤྲ་རགས་གྱི་ཁྱད་པར་དབྱེ་  
 པ་འོ། །སྤྲ་མ་ནི་ཞག་རེར་ལན་རེའམ་ལན་གཉིས་གསུམ་འོང་བར་ཡང་རུང་ལ།  
 ལྷ་རེ་ཐེངས་རེའམ་ལན་གཉིས་གསུམ་འོང་ཡང་ཐང་རོ། །

འདིར་ལོ་རེ་རེ་ལན་རེའམ་ལོ་ཆ་ཤས་མཆོམས་ལན་རེ་ཙམ་འོང་བར་གསུངས།  
 བག་ལ་ཉལ་སྤྲ་བ་དང་ཡང་སྤྲ་ཉོན་པར་རྗེས་ཤེས་དང་། མཆོན་མོ་གཉིད་གྱི་སྤྲ་བས་  
 སྤྲ་རེས་འགའ་ཙམ་འོང་གསུངས་ལ། སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་ལ་དམིགས་མེད་གྱི་  
 ཉིང་རྗེར་འཇུག་པ་ནི་སྒྲོམ་མེད་གྱི་རྗེས་ཤེས་སྤྲིང་རྗེར་ཤར་བྱ་བ་ཡིན་ཀྱང་མཉམ་  
 བཞག་གི་རང་ལས་མ་གཏོས་སོ། །གཉིས་པ་པར་སྤྱིན་འབྲིང་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ནི།  
 གྲོལ་ཉིག་ལས། ཉོན་མཆོན་ཀྱན་དུ་འོད་གསལ་ཁོར་ཡུག་གཅིག་ཏུ་སྤྱུང་། གཉིད་



དེ་ཉིད་ཡིན། ཞེས་པ་ལ་འདི་སྐད་འཆད་དོ། ཁྱིའོད་སྒྲོབ་ལ་སྒྲུ་མ་ལས་ལྷག་པའི་རྟོག་  
པ་ཞིག་བཅའ་ཀྱང་མི་རྟོག་པ་ཞིག་ལགས་སོ། མཚན་སྒྲོབ་སྒྲུ་མ་ལྟར་སྒྲོབ་མཆོད་  
གྱི་ཐིམ་རིམ་ལུགས་འབྱུང་ལུགས་ལྟོག་གི་རྟོག་འབྲེལ་སྒྲུ་ཆོགས་ལ་བརྟེན་མ་དགོས་  
པར། ཡུལ་ལྗེའི་གཞུང་ཡུལ་རྒྱུ་པའི་ངང་ལས་ཡིད་གསུམ་གྱི་རྩལ་བག་ལ་ཁ་སྟེ།  
སྒྲོབ་པ་ལྟ་བུའི་གཏི་ལྷག་ཀྱང་མ་ཡིན་ལ། གསལ་ཆེ་གོ་ཡང་མི་བྱེད་པའི་མི་རྟོག་  
པའི་འོད་གསལ་ཞིག་ལ་གནས་སོ། །

དེ་ནི་ལྷག་མཐོང་གསལ་བའི་ཡེ་ཤེས་གྱིས་སང་པར་མ་བྱས་ན་གཞུགས་མེད་སྒྱུ་  
མཆོད་ལྷ་བཞིར་གོལ་བ་ཡིན་ནོ། ཞེས་ཀྱན་མཁྱེན་རྟོ་རྟེ་གཟི་བརྗེད་གྱིས་རོ་སྒྲོད་  
བྱུང་བ་ཡིད་ལ་གཅགས་ནས་གྲུང་ཆ་བཏོན་པས་མི་མཛེད་གྱི་བཞོད་པའང་གསལ་  
ལམ་སྒྲུ་མ་པའི་སྒྲོབ་ཆ་གོ་མ་འགགས་པ་འདྲུ་ཤེས་གྲུང་བོ་ལས་འདས་པ་ཞིག་བྱུང་  
ངོ་། དེ་ནི་གསལ་བའི་འོད་གསལ་གྱི་ངང་བཞིན་ཡིན་ཏེ་ཆགས་ན་གཞུགས་ཁམས་  
སུ་སྒྱུ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཀྱན་མཁྱེན་སྒྲུ་མས་ཞལ་ཆེམས་སུ་བཞག་འདུག་པས། མཐའ་  
གྲོལ་གྲོང་ཡངས་ཆེན་པོའི་གནད་ལ་རྒྱུན་དུ་སྒྲོབ་པ་ཞིག་ལགས་སོ། །

ཨ་ལ་ལ་རྟོ། བ་ཨོ་རྒྱན་ཆོས་རྗེའི་བྱིན་རྒྱལ་དང་། མ་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་ལྷགས་རྗེ་  
ཡིས། དབུ་མ་འོད་གསལ་གྱི་ཁང་མཛེས་ན། ཁང་དགོངས་པ་ཅོག་བཞག་ཆེན་  
པོར་འབྲེལ། སྒྱིར་སྒྲོང་ཐིག་ཟབ་མོའི་བཀའ་དྲིན་དང་། དགོས་ཀྱན་མཁྱེན་སྒྲུ་  
མའི་དགོངས་གཏོར་གྱིས། ཁང་ཉམས་སྒྲོང་སོམ་ཉིའི་སྒྲོག་ལས་གྲོལ། གྲོགས་  
གྲུབ་ཐོབ་འཆོགས་ཀྱང་གཞོད་རྒྱ་མེད། ཆོག་དབྱང་ལེགས་ཀྱི་སྒྲོང་པའི་འབྲུག་སྒྲུ་  
དང་། རྟོན་ལག་བསྟར་གྱི་གསེར་ལྷན་དྲུངས་མའི་བརྩུད། དེ་བསྐྱེས་ཀྱང་འདྲེས་  
བ་མ་ལགས་པས། ཁང་མན་ངག་ལ་བཅོས་བསྟུང་མ་བྱེད་ཅིག ཐབས་ལམ་གྱི་  
བདེ་བའི་འོད་གསལ་དང་། ཐོད་ཆལ་གྱི་སྒྲོང་བའི་འོད་གསལ་གཉིས། འདིར་  
འཆད་པའི་སྐབས་སུ་མ་བབས་པས། མ་མཁའ་འགྲོའི་ཡང་ཐིག་དེ་ལ་དྲིས། ཅེས་  
སྐབས་ཀྱི་རྟོ་རྟེ་མཁུར་དང་བཅས་པའོ། རྣལ་འབྱོར་བཞི་རིམ་པ་ལྟར་ན། ཅ

པའི་སྒོམ་ཚིག་ཀྱང་དུའི་ཞར་ལ་བསྟན་པ་ཡིན་ལ། འདིར་སྒོམ་མེད་འབྲིང་པོ་ཐོ་  
 ཙམ་གསུང་པ་ནི། གདོད་མའི་གནས་ལུགས་འདུས་མ་བྱས་ཤིང་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་  
 པའི་ཡེ་ཤེས་མངོན་དུ་གྱུར་པ་ལ། སྒོམ་སྒྲུབ་ཀྱི་ཚུལ་བ་མེད་པར་མཉམ་བཞག་ཡེ་  
 ཤེས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་གཅིག་དུ་གྱུར་ཀྱང་། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རང་བསྐྱེད་ལ་མི་ཤེས་པའི་ཟེལ་  
 ཞེས་བྱ་བའི་རྟོག་མེད་ལུང་མ་བསྟན་མངོན་ཙམ་རེ་འོང་བ་དེས། རི་སྟེང་མཁའ་  
 པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་སྒྲན་ཅིག་མ་རེ་བསྐྱེད་རྒྱས་པ་དེ་ལ་སྒོམ་མེད་ཉི་མ་སྒྲིན་གྱིས་བཀའ་  
 པ་ཟེར་རོ། །

བག་ལ་ཉལ་ཡང་སྤྲ་དེ་ཆོད་པས་ན། དཔེར་ན་ཉི་མའི་སྟིང་པོ་ལ་སྟན་པ་ཆགས་པའི་  
 གཞི་མེད་པ་བཞིན་དུ་གཉེན་པོ་རྫོ་རྗེ་ལྟ་བུའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་བརྟན་པ་ཐོབ་ནས་  
 ཁོར་ཡུག་དུ་སོང་བས། སྤང་བྱ་བག་ལ་ཉལ་གྱི་སྒྲིབ་པ་རང་ཤུགས་གྱིས་སངས་པའོ། །  
 གསུམ་པ་པར་སྒྲིན་ཆེན་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ནི། གྲོལ་ཉིག་ལས། གཉིས་སྤང་ཤེས་  
 བུའི་དྲི་མ་སྤྲ་མོད་ཟད་ཅིང་། གཞི་དང་ལམ་གྱི་འོད་གསལ་གཅིག་དུ་འདྲེས་པ་ནི་  
 མི་སྒྲོབ་ཆེན་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་བྱ་དེ་ཉིད་ཡིན་། ཞེས་པས། བྱི་སྤང་བའི་ཡུལ་  
 ཟད། ཉང་འཛིན་པའི་སེམས་ཟད། ལས་དང་བག་ཆགས་ཀྱི་མཐའ་སྤོང་སྟེ། གདོད་  
 མའི་གཞིའི་གནས་ལུགས་འཁོར་འདས་ཀྱི་སྒོ་སྒྲོས་མ་བཏགས་ཤིང་གྲོལ་ལྟུལ་གྱི་  
 མཆོམས་ལས་འདས་པ། ཅི་ཡང་མ་ཡིན་ལ་ཅི་ཡང་བྱར་བརྟུབ་པ། གཞི་ཐོག་ནས་  
 ཆོས་དུག་གིས་སངས་རྒྱས་པའི་ཡེ་ཤེས་འོད་གསལ་གྱི་སྒྲུབ་ས་རང་བཞིན་གྱིས་རྣམ་  
 པར་དག་པ་དེའི་རང་དུ། ད་ལྟའི་ལམ་གྱི་རིག་པ་བཟང་རྟོག་ངན་རྟོག་ལུང་མ་བསྟན་  
 གསུམ་ཀའི་སྒྲོན་ཡོན་དགག་སྒྲུབ་ལས་འདས་པ་ནམ་མཁའ་དྲངས་པའི་གྲོང་ལྟ་བུ་  
 དང་འདྲེས་པས། སྒོམ་པའི་ཆོས་མེད། སྤང་དོར་གྱི་རིས་མེད། ཡིན་མིན་གྱི་ཕྱིས་  
 མེད། ས་ལམ་གྱི་འབྲང་མེད།

སྟེ་གསུམ་འདུ་འབྲལ་མེད་པའི་རང་དུ་ཉིན་མཆོན་རིས་མེད་དུ་ལ་བསྐྱས་པ་ཞིག་ལ་  
 ཟེར་བ་གདའ་སྟེ། རྫོགས་ཆེན་སེམས་སྟེ་པས་ལྷན་གྲུབ་ཀྱི་ཉམས་ཉིང་རེ་འཛིན་  
 ལྷན་མཆོམས་ལས་འདས་པ་ཞེས་འཆད་ལ་མ་དྲ་མུ་དྲ་བས་སྒོམ་མེད་ཆེན་པོ་སྟེ།



མན་དག་དངོས་ནི་སྤྱིང་ཐིག་གི་དགོངས་པ་དང་སྒྱུར་ནས་པག་དང་པས་བྱུང་པར་ཅུང་  
ཟད་ཡོད་པ་ཤེས་དགོས་སོ། ། ཞེས་སོ། ། རྣལ་འབྱོར་བཞི་རིམ་པས། ཡང་། ཆེན་པོ་  
དེ་ཉིད་དག་ནས་ལམ་མཐར་ཕྱིན། ། འབྲས་བུའི་ཡེ་ཤེས་མངོན་གྱུར་རྫོགས་སངས་  
རྒྱས། ། སྐུ་ལྡེ་ཤེས་ལྡེ་ཡི་བདག་ཉིད་ཅན། ། རང་གཞན་དོན་གཉིས་སྤུན་སྤུམ་  
ཆོགས་པའོ། །

ཞེས་པས། གང་གི་ཤེས་བྱའི་སྤྱིང་པ་ཡང་ཕྱ་དང་བཅས་པ་ཆོད་ནས་ལམ་གྱི་འོད་  
གསལ་མཐར་ཕྱིན། གཞིའི་འོད་གསལ་མ་ཐོག་ཏུ་སྤེལ་ནས་སྤྱིང་གཉིས་གཏན་  
ནས་དག་སྟེ། དོན་གཉིས་སྤུན་སྤུམ་ཆོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ཐོབ་པ་ནི་སྒྲོམ་  
མེད་ཆེན་པོའོ། ། དེ་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་ལུང་མང་དུ་གསུངས་འདུག དེ་ལྟར་སྒྲོམ་མེད་ཆུང་  
དུན་སྒྲོམ་མེད་ཀྱི་གཞི། འབྲིང་པོ་ནི་ལམ། ཆེན་པོ་ནི་འབྲས་བུའོ། ། གསུམ་པ་སྤྱོན་  
དག་ཚུལ་ནི། བྱ་བུལ་བས། དེ་ལྟར་སྒྲོམ་མེད་རང་རྩལ་རྫོགས་ཅན། ། མ་ལུས་  
སྤྱོན་དག་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། ། འབད་མེད་རང་བཞིན་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའོ། །  
ཞེས་པའི་དོན་སྤྱོད་དཔོན་པདྨ་སྤྱིང་པའི་སྤྱོན་ཐམས་ཅད་དག ས་བཅུ་མན་ཆད་  
དུ་མི་ལྟོག འཆི་བདག་གི་བདུད་བཅོམ། སྤྱི་ཤི་དང་བུལ་ཞེས་སོ། ། བཞི་པ་ཡོན་ཏན་  
སྤྱོད་ཅུལ་ནི། སྤྱོད་དཔོན་པདྨ་སྤྱིང་པའི་ཡོན་ཏན་ནི་སྤྱིང་པ་དང་གཉིས་སྤུན་མེད་པར་སངས་  
རྒྱས། སྤང་ཤིང་ཆོས་སྒྱུར་གྲོལ། ལྷན་ཅིག་སྤྱོད་དགའི་བདེ་བ་སྤྱོད། མཐར་ཕྱིན་པའི་  
ཡོན་ཏན་འདུས་མ་བྱས་ཤིང་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཡེ་ཤེས་མི་སྤྱོད་པའི་ཟུང་འཇུག་  
རང་དོན་ཆོས་སྒྱུར་སངས་རྒྱས་ནས་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་རྟེན་འབྲེལ་ལ་དབང་བསྒྱུར་  
བས། གཞུགས་སྤྱོད་གཉིས་ཀྱིས་འཁོར་བ་མ་སྤོངས་ཀྱི་བར་དུ་འགོ་དོན་རྒྱན་ཆད་མེད་  
པར་མཛད་པས། ཐེག་པའི་མཐར་སྤུག་སྤྱོད་མེད་པའི་དགོངས་པ་དང་མཐུན་ནོ། །  
ཞེས་སོ། །

ལྟ་བུ་ཉིང་རེ་འཛིན་དེ་ལ་ཐོགས་འདོན་རྒྱ་མེད་པར་བསྟན་པ་ནི། ཡང་། དུན་པ་བཞི་  
ཡི་ཉིང་འཛིན་རབ་དུ་རྒྱས། ། ཉིང་འཛིན་མཐར་ཕྱིན་ཆོག་ཅིག་སངས་རྒྱས་ཐོབ། །  
གསང་སྤྲུགས་དོ་རྗེ་ཐེག་པའི་བྱུང་ཆོས་ཡིན། ། ཞེས་པས། རྣལ་འབྱོར་བཞི་པའི་

ལམ་འདི་ཐར་པ་བྱང་ཆུབ་གྱི་ལམ་མཐར་ཐྱིན་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་  
 སྟོན་ཐོག་མཐར་ཐྱིན་ནས་བདག་གིར་བྱེད་པ་ལྟར། སྒྲོམ་མེད་ཆེན་པོའི་རྣལ་འབྱོར་  
 འདི་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཡིན་པས་  
 དེ་ལ་བོགས་འདོན་རྒྱ་མེད་པའོ། །ཤེར་ {ཀུན་མཁྱེན་ཆེན་པོ་འཛིགས་བྲལ་གྱིང་པས། མཚན།}  
 ཐྱིན་ལམ་ལྟ་དང་སྤར་བའི་དགོས་ཆེད་དང་། འབྲས་བུའི་ཡོན་ཏན་སྤྲུག་སྤྲུམ་གྱི་དབྱེ་  
 པ་ནི། འདི་ལྟ་བུའི་དགོངས་པ་དེ་སྤུལ་མངའ་ན་གྲུབ་ཐོབ་ཆེན་པོ་རྣམས་ལ་འང་  
 རྣལ་ལམ་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱས་འདུག་པས་རྒྱལ་དབང་མཆོ་སྤྲེས་དོ་རྗེ་དང་། པཌ་ཆེན་  
 བེ་མ་ལའི་དགོངས་པའི་གྲོང་ཆེན་པོར་འབྱེལ་བར་རྟོགས་པས། སྤུན་སྒྲོམ་ལུ་ཙཱ་  
 སྤྲུམ་བ་རྣམས་ལུ་ཐག་མ་ཆེད་པའི་ཅལ་ཅོལ་འུད་སྐད་དུ་མ་སྤྲུམ་བར་བག་ཡོད་པར་བགྱིད་  
 བ་ཅི་མ་རུང་བ་ཤར་ཏེ་ཡི་གེར་འགོད་པའང་ཐལ་ལོ། །ཞེས་དང་། གནས་ལུགས་  
 ཙཱ་མ་ཐོང་རང་གོལ་གྱི་མཇུག་ཏུ་ཡང་འདི་ལྟར་གསུངས་ཏེ། བླུག་རྫོགས་གཉིས་  
 ཀའི་རྒྱུད་དང་མན་ངག་ནས་རིག་པ་ཅིག་ཆོད་རང་གོལ་ལས་ས་ལམ་གྱི་རྣམ་པ་ཞག་  
 མ་གསུངས་ཀྱང་། སྟོན་བྱོན་གྲུབ་ཐོབ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་  
 བསྟན་པ། རྗེས་ཐོབ་གྱི་རིག་པའི་རྩལ་ཆེན་རྫོགས་པ་ལ་དགོངས་ནས། རྩེ་གཅིག་  
 སྒྲོས་བྲལ་རོ་གཅིག་སྒྲོམ་མེད་སོ་སོར་རྒྱུང་འབྱིང་ཆེ་གསུམ་གྱི་མིང་བདགས་ནས་ས་  
 ལམ་གྱི་དོད་པོ་བརྩི་བར་མཛད་པ་བཞིན་ནོ། །

ལྟག་དོན་ཐྱི་རབས་པ་དག་སྒྲོས་བྲལ་མཚན་མ་ཅན་དུ་གོལ་བ་དང་། རྩེ་གཅིག་ཆེན་  
 པོའི་བག་ཆགས་ལ་སྒྲོམ་པ་ཉིན་མཚན་ཁ་སྤྱོད་དུ་རྫོམས་སེམས་སྤྱི་བ་སོགས་ཤེས་  
 རབ་རྣམ་པ་གསུམ་གྱིས་བཏང་བར་ཟད་མོད། འདིས་མཚུངས་པར་མཐར་བུགས་  
 གི་གོལ་གཞི་གོལ་ས་བྱུང་ཆོས་དུག་ལྟན་གྱི་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ངེས་པར་  
 ཤེས་དགོས་པར་འདུག་ རྫོགས་ཆེན་གསང་བ་སྤྱིང་ཐིག་པའི་ཟུར་སྐད་དེ། གནད་  
 འདི་ལྟ་བུ་གོ་བར་བྱེད་པ་ལ་ཀུན་མཁྱེན་གྲོང་ཆེན་པའི་གསང་མཛོད་བདོལ་དགོས་  
 པས་ཐྱི་རབས་སུ་དགོངས་བརྒྱུད་གྱི་འཕེ་བ་ཐོབ་པའི་དོན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་རིམ་  
 པར་བྱོན་པ་དག་ལ། གྲོང་ཆེན་ནམ་མཁའི་རྣལ་འབྱོར་གྱིས་ཁ་ཆེམས་སུ་བྱིས་ཤིང་



ད་ལྟ་བའི་དམིགས་བསལ་དག་པའི་སྤང་བ་ཅན་བྱུང་གདལ་ནམ་མཁའི་ཤེས་བས་  
ཟིན་ཤིས་སུ་བགྱིས་པའོ། ཇི་ལ་སྐབས་སུ་བབ་པའི་གདམས་དག་ནི་རང་ལུགས་  
འོད་གསལ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའོ། །

དེ་སྟོན་བྱེད་གྱི་སྒྲ་མ་ནི། ཡ་ཏི་བཤོད་པ་ཆེན་པོ་ལས། མཁས་ཤིང་བྱ་བ་བྲལ་བ་  
དང་། ཆོས་ཉིད་དོན་ལྡན་ཆོད་ཕེབས་པ། འདོད་པའི་དོན་ལ་སྤོངས་པ་མེད། །  
གསང་སྤགས་སྒྲ་མའི་མཆན་ཉིད་དོ། ཅིས་གསུངས་པའི་དོན་སྤུངས་མོང་དང་སྤུན་  
མིན་གྱི་སྟོན་འགྲོའི་སྐབས་ནམས་སུ་བཤད་པ་ལྟར། བརྒྱད་པའི་ཕྱིན་རྒྱུ་བས་དང་  
ལྟན་པའམ། ཕྱིན་དང་བྱུང་བར་གྱི་ཁྱིའི་ལ་ཉམས་སྤྱོད་གི་གདར་ག་ཆོད་ཅིང་། སྟོབ་  
མའི་སྟོ་དང་སྐལ་པར་འཆོམ་པའི་གདམས་དག་སྟེར་ཤེས་པ་ཞིག་གལ་ཆེ། མིན་  
ཀྱང་ཆེ་རབས་ནས་བཟང་འབྲེལ་ཆེ་བའི་སྒྲ་མ་དང་འབྲུད་ན། སྟོབ་མའི་རབ་འབྲིང་  
སོགས་ལ་མི་ལྟོས་པར་ལམ་གོང་མ་ལ་དགྱི་རྩལ་སོ། །བཤད་ཡུལ་གྱི་སྟོབ་མ་ཡང་།  
སྟོང་གསལ་ལས། རྒྱུད་དུ་ལ་སྤིག་འདྲེམ་དབང་པོ་རྣེ། སྟོ་ཤས་སྤྲུག་སྟོན་རྩལ་  
ཆེ། ཞེས་དང་། དད་ལྡན་སྟོང་རྩེ་གཏོང་ཕྱོད་ཡང་བ་ཆེ། འདབ་པོ་རྣེ་ཞིང་དག་  
འཇམ་དུ་ལ་ཆོག་སྟེ། སྒྲ་མ་ལ་གྲུས་ཆོག་གི་སྟོས་པ་ཆོད། མ་བརྟགས་གསང་ཆོག་  
ཡོན་ཏན་རྒྱལ་ཅམ་ཡང་། གཞན་ལ་མི་བརྟོད་ཉམས་ལེན་དག་ལ་བརྟེན། ཇི་ནི་  
གསང་སྤགས་གསུང་བའི་སྟོན་ཡིན་ནོ། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་མདོ་རྒྱུད་མན་དག་ནམས་ནས་གསུངས་པའི་སྒྲ་སྟོབ་ཀྱི་ཏེན་  
འབྲེལ་མཆན་ཉིད་པ་དཀའ་ཡང་སྟོགས་ཅམ་རེ་ངེས་པར་ཆོད་དགོས། མ་བརྟགས་  
བབ་ཅོལ་གྱིས་མན་དག་ཟབ་མོ་ཉན་བཤད་བགྱིས་ན་ཉམས་པ་ཆོད་མེད་དེ་དོ་རྩེ་དཔལ་  
བར་ཡང་ལྷུང་ངེས་པས། དེ་ལྟར་བརྟགས་ཏེ་གདམས་པ་རིམ་པར་དོ་སྟོན་གྱང་རིམ་  
གྱིས་གདབ་དགོས་སོ། ཇི་ལ་རང་ལུགས་ལ་དབང་པོ་རབ་འབྲིང་ག་གསུམ་ལས།  
རབ་གྱི་རབ། རབ་གྱི་འབྲིང་། རབ་གྱི་ཐ་མ། འབྲིང་གི་རབ། འབྲིང་གི་འབྲིང་།  
འབྲིང་གི་ཐ་མ། ཐ་མའི་རབ། ཐ་མའི་འབྲིང་། ཐ་མའི་ཐ་མ་དང་དགུ་ཡོད། གཞན་  
གོང་གི་རྣལ་འབྱོར་བཞི་རིམ་སྐབས་བཤད་ལྟར། གཅིག་ཅར། ཐོད་ཀྱལ། རིམ་

གྱིས་དང་གསུམ་ལའང་ནང་གསེས་དབྱེ་ཚུལ་འདྲ་བར་འདུག་གོ། གོང་གི་རང་ལུགས་  
འབྲིང་གི་འབྲིང་མན་ཆད་རིམ་གྱིས་པའི་རིགས་སྤང་བ་ཡུལ་གྱི་སྟོ་ཅན་རྣམས་ལ་ཁྲིད་  
ཚུལ་འདི། བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་བྱེད་མི་འཛོལ་བའི་ལམ་ཡང་དག་པ་ཡིན་ལ། དབང་པོ་  
རྟོན་པོ་རྒྱའི་སྟོབས་ཅན་རིག་པ་རང་སྤང་གི་སྟོ་ཅན་རྣམས་ནི་མ་གཏོགས་སོ། །

དེ་མན་ཆད་ {ལུགས་གཞན་ལ། མཆན།} གྱི་ཐོས་བསམ་གཏན་ལ་དབབ་པའི་གོ་ཚུང་  
རྟོགས་གསུམ་གྱིས་སྤངས་གོམས་ཁོ་ནར་བཞེད་ཀྱང་། གང་ལྟར་སྒྲ་མ་དང་གང་མས་  
རག་ཟུང་དུ་འཇུག་པའི། དྲངས་འདོད་ཡིད་ཆེས་གྱི་དད་པ་རྟག་བརྟན་འཕོ་འགྱུར་  
མེད་པ་ཞིག་གི་སྟོ་ནས། ཅི་གསུང་ཆེད་དུ་བཀར་བ་ཐུན་མོང་ཐུན་མིན་གྱི་བསགས་  
སྤངས་སོགས་ཚུལ་བཞིན་ཉམས་སུ་ལེན་ཅིང་སྤྲད་ཅིག་ཀྱང་སྒྲ་མ་མི་བརྗེད་པའི་  
ལམ་ཁྱེད། མི་ཁྲེལ་བ་གསུམ་ལ་མཐིལ་བཅོལ་ཏེ། སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་སྟོས་བཅས་  
སྟོས་མེད་གྱི་ཉམས་ལེན་རང་སྟོ་དང་མཐུན་པ་ཁོ་ན་གལ་ཆེ་ཚུལ་ནི། དཔལ་ས་ར་  
ཉས། དོན་དམ་ལྟར་ཅིག་སྟེས་པའི་ཡེ་ཤེས་ནི། རྟོགས་བསགས་སྒྲིབ་པ་སྤངས་  
པའི་ལག་རྗེས་དང་། རྟོགས་ལྟར་སྒྲ་མའི་བྱིན་རྒྱལ་ཁོ་ན་ལས། ཐབས་གཞན་  
བརྟེན་པ་མྱོངས་པ་ཤེས་པར་བྱ། ཞེས་པ་ལྟར། སྒྲིར་སྟོ་ལྟོག་རྣམ་བཞིན་ས་དངོས་  
གཞིའི་བྲིད། ཨ་རུ་མན་ཆད་གྱི་ཐེག་པའི་རིམ་པར་རང་གི་བསགས་སྤངས་དང་།  
ཚུང་གོམས་གྱི་བྲད་པར་ལ་རག་ལས། དེའི་ཕྱིར་ཀྱན་དང་མཐུན་ཞིང་ཀྱན་ལས་  
བྲད་པར་དུ་འཕགས་པ་ནི་རྟོགས་ཆེན་ཡང་གསང་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་  
དེ་ཡིན་པར་འདུག་གོ། །

དེ་ལ་དགའ་རབ་དོ་རྗེས་གསུངས། སྟོབ་དཔོན་འཇམ་དཔལ་བཤེས་གཉེན་གྱིས་  
གདུལ་བྱའི་ཁམས་དབང་དང་མཐུན་པར། རིམ་འཇུག་ཅན་ལ་སེམས་གྱི་སྟེ། རམ་  
མཁའ་ཅན་ལ་གྲོང་གི་སྟེ། རིམ་ཚུལ་བྲལ་ལ་མན་རག་སྟེ། ཞེས་གསུམ་དུ་བཀྲལ་  
པའི་དང་པོ། རྒྱུད་སྟེ་མ་ལས། དེ་ལྟར་དགོངས་པ་དོན་བརྒྱད་ལམ་ ཆོག་རྒྱུད་རྣམ་པ་  
གསུམ་དུ་བྱུང་། སེམས་གྲོང་མན་རག་སྟེ་གསུམ་མོ་ དང་པོ་སེམས་སྟེའི་དོ་བོ་ནི་  
མིག་གཉིས་རམ་མཁའི་ཁམས་སུ་བལྟ་ འགྱུ་པའི་དཔུགས་ཀྱང་རང་སོར་གྲོད་



སྒྱུལ་གྲུང་མཉམ་བཞག་ལྟོད་ཆ་ཅན་ ཡང་ན་ལག་གཉིས་སྤུས་མོར་བཀའ་ ཆོས་  
 ཀུན་བྱང་རྒྱུ་སེམས་གྱི་ངང་ གསལ་དྲངས་ཐྱེད་པའི་རིག་པ་ལས་ འདུ་ཤེས་གྲུང་  
 བོས་མི་ལྟ་བར་ བལྟ་བྱ་ལྟ་བྱེད་གཉིས་མེད་པའི་ གནས་ལུགས་ཡེ་བཞག་ཆེན་པོ་  
 ལས་ སྒྱིམ་པའི་སྒྲོ་ཡིས་མི་འཆོས་སོ་ དྲན་པའི་གཟེབ་གྱིས་མི་འཆང་ངོ་ གཉེན་  
 བོའི་ལྟ་དྲ་གྱིས་མི་བསྐྱད་དོ་ དེ་ཆོ་དྲན་བསམ་ཅི་གར་ཡང་ སེམས་ལས་བྱུང་ཞིང་  
 སེམས་གྱི་ངང་ འཁོར་འདས་མ་ལུས་སེམས་སུ་ཆོག་པས་ དེ་ལྟར་གནས་པའི་ཆོས་  
 ཉིད་ལས་ ཐ་སྙད་ཆོག་གིས་སྒྲིམ་ཤེས་ བཅོས་མའི་མིག་གིས་མཐོང་མི་འགྱུར་ ཀ་  
 དག་གཏིང་གསལ་ཆེན་པོའོ།

ཞེས་དང་། གཉིས་པ། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། གཉིས་པ་གྲོང་ཐུའི་ངོ་བོ་ནི་ རྩོགས་  
 རིས་མེད་པ་ལྟ་བུའི་གྲོང་ དམིགས་གཏད་མེད་པ་སྒྲོམ་པའི་གྲོང་ རེ་དོགས་མེད་  
 པ་སྒྲོད་པའི་གྲོང་ ཐེ་ཆོམ་མེད་པ་འབྲས་བུའི་གྲོང་ བཟང་ངན་མེད་པ་ཆོས་སྒྲུའི་  
 གྲོང་ དྲན་འཛིན་མེད་པ་ལོངས་སྒྲུའི་གྲོང་ རྟག་ཆད་མེད་པ་སྒྲུལ་སྒྲུའི་གྲོང་ སྒྲོམ་  
 ཏུ་མེད་པ་འོད་གསལ་གྲོང་ གཉེན་པོ་མེད་པ་དྲན་པའི་གྲོང་ བདེ་ཆེན་ཀུན་ཏུ་  
 བཟང་མོ་ཡི་ ལྷ་ག་ཡངས་པའི་གྲོང་ཆེན་མོར་ བཅོས་མའི་ཆོས་རྣམས་ཆོག་པས་  
 སངས་རྒྱས་ དེ་ཕྱིར་ང་ཡི་མཁའ་གྲོང་དུ་ རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཐུགས་རྟོལ་ འདུ་འབྲལ་  
 མེད་པ་ཨེ་མ་རྟོ་ ཞེས་དང་། གསུམ་པ་མན་ངག་སྟེ་ལའང་། རིག་འཛིན་ཆེན་པོ་  
 ཕྱི་མི་རྣམས་ནང་གསེས་ཕྱི་སྒྲོར་ནང་སྒྲོར་གསང་སྒྲོར་ཡང་གསང་བྲལ་མེད་པ་སྟེ་བཞིར་  
 དབྱེ་བའི་སྤྲ་མ་གསུམ་ཞར་ལ་ཆང་བའི་ཡང་གསང་བྲལ་མེད་པ་སྟེ་ཀ་དག་ཁྲེགས་  
 ཆོད་ལ་བསྒྲུ་སྒྲོར་གསུམ་དང་ལྷན་གྲུབ་ཐོད་ཀྱིས་གཙོ་བོར་བསྟན་པ་ཡིན་ལ།

གནད་གསུམ་ཤན་འབྱེད་ལས་ སྒྲིགས་མའི་དུས་ན་ཆོག་པས་ཆེན་བསྒྲོམ་པ་རྣམས་  
 གཞི་ལམ་འབྲས་བུའི་གནད་ལ་སྒྲོངས་གྱུར་པས་ འདོད་ཁའི་ལྟ་སྒྲོམ་མཐོན་པོར་  
 རྩོགས་འཛིན་ལས་ ཡིད་དཔྱོད་སྒྲོག་ལས་གྲོལ་བ་ཉིན་སྐར་ཅམ་ དེ་ཕྱིར་འདི་ན་  
 གནད་གསུམ་ཤན་འབྱེད་ལས་ སེམས་རིག་དབྱེ་བ་སྟེ་རྩལ་ཆོག་པས་བསྟན་ ཞེས་  
 ལྟར། སྒྲོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་དགའ་རབ་རྟོ་རྟེན་འདས་རྟེན་ཆོག་གསུམ་གྱི་དོན། རོ་རང་

ཐོག་ཏུ་སྤྲད། ཐག་གཅིག་ཐོག་ཏུ་བཅད། གདིང་གྲོལ་ཐོག་ཏུ་བཅའ་བ་གསུམ་གྱིས་  
 བྱེགས་ཆོད་གཏན་ལ་དབབ་དགོས་པས་ན། དེ་ལ་སྒྱི་དང་བྱད་པར་གཉིས་ལས།  
 དང་པོ་སྒྲ་མ་ཡང་ཉིག་གི་དོན་བྱིད་ལྟར་ན། ཡེ་གྲོལ་ཆངས་པའི་དབང་དང་། སྒྱི་  
 རྒྱགས་ཆངས་པའི་དབང་གཉིས་གྱིས་བསྟན་ཏེ། དེའང་སྒྱི་སྤྲང་བའི་ཡུལ་ལྟ་རང་  
 གསལ་མིང་མེད་དུ་ལ་བཟུ་བ་ནི།

མེ་ལོང་དུ་གར་པའི་གཟུགས་བརྟན་བསྟན་ལ། དང་པོ་གང་ནས་བྱུང་། ད་ལྟ་གང་  
 ན་གནས། ཐ་མ་གང་དུ་འགགས། མེ་ལོང་གི་ངོས་དང་དེའི་གཟུགས་བརྟན་གཉིས་  
 གཅིག་གམ་ཐ་དད་བརྟགས་པས། གཟུགས་བརྟན་དེ་དང་པོ་གང་ནས་ཀྱང་མ་བྱུང་  
 རྟེན་པོ་མེད། ད་ལྟ་སྤྲང་སྤྲང་འབྲེལ་གང་དུ་ཡང་མི་གནས་ཏེ། རང་བཞིན་མེད།  
 ཐ་མ་གར་ཡང་མི་འགྲོ་སྟེ་བཞིན་མེ་ལོང་དུ་མ་འོང་པས། གཟུགས་མ་གྲུབ་པས་  
 རྣམ་པ་ལ་ཡལ་རྒྱུའི་དངོས་པོ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །

དེ་བཞིན་དུ་སྤྲང་བ་ཡུལ་གྱི་གཟུགས། དུན་རིག་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་བཅས་པ་ཡེ་  
 བས་ཡོད་མ་མྱོང་བས། སྤྲང་སྤྲང་ཡོད་ཡོད་གྲུབ་གྲུབ་འབྲེལ་ཡེ་སྟོང་རྩ་བུལ་ཆེན་  
 པོར་གཏན་ལ་ཐེབས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྒྲ་གྲགས་དུས་ནས་སྒྱི་ནང་བར་གསུམ་ན་  
 མེད་པ་དང་། གྱི་དང་། རོ་དང་། རེག་བྱར་སྤྲང་དུས་ནས་སྤྲང་བའི་ཡུལ་དང་དེར་  
 འཛིན་གྱི་སེམས་གཉིས་ཀ་སྒྱི་ནང་བར་གསུམ་ན་མེད་ལ་སྤྲང་དུས་ངོ་བོ་མེད་པས་  
 གང་ནས་ཀྱང་མ་བྱུང་། གང་དུ་ཡང་མི་གནས། གར་ཡང་མི་འགྲོ་བའི་རང་བཞིན་དུ་  
 ཤེས་པར་ཐག་གཅད་དོ། །དེ་ནི་ཡེ་གྲོལ་ངང་གནས་ཆེན་པོའི་དབང་རོ། །དེ་ནས་  
 སྒྱི་རྒྱགས་སུ་སེམས་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་རང་བབས་སུ་བསྟན་པ་ལ་གསུམ་ལས།  
 སྤྲང་བ་ལ་བརྟགས་པ་ནི། རི་མཐོན་པོའི་རྩེར་སྒྱིན་ལ། རྒྱགས་བཞེར་ཅེར་ཅེར་  
 བལྟར་བརྟག་ལ་གང་ཡིན། ལ་འུར་ཤོད་ཅིག་ལ་འུར་ཤོད་ཅིག་བྱས་དུས། ཡུལ་  
 སྤྲང་ལ་འདི་ཡིན་དུ་མིང་མ་ཐོགས་པའི་རིག་པ་སལ་ལེ་བ་ཞིག་འབྱུང་སྟེ། འདི་དང་  
 འདིའོ་ཞེས་པའི་སེམས་འགགས་ལ། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་རིག་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཡང་ན་  
 ཁ་སྒྲུའི་རྒྱུད་བསྟམས་ལ། སྤྱིའི་ཡུལ་ལ་ཅེར་རེར་བལྟས་པས། སྤྱུ་རྒྱུད་གིས་ལྟ་རྟེན་

མཐོང་བ་ལྟ་བུར་ཡུལ་སྤང་ལ་མིང་དོན་དང་བྲལ་བའི་རིག་པ་བཟླ་ཡལ་ཡེ་བ་ལ་  
འཛིན་པ་མེད་པ་འབྱུང་སྟེ། དེ་དུས་རྒྱུད་སྤྱིང་གར་ཐིམ་པས་གདངས་རང་སོར་གནས་  
ཏེ། སེམས་འགགས་ལ་ཡེ་ཤེས་གསལ་པའི་དགོངས་པའོ། །

རིག་པ་ལ་བརྟགས་པ་ནི། རང་སེམས། སེམས་ཡུལ། ཡུལ་སྤྱོད་། ཨ་འཐས།  
བཅིངས་པ་གོལ། རྩམས་ཐུམས་ཅི་ལ་ཟེར། ཞེས་འབྲེལ་མེད་ཅི་ཐོན་དུ་བགངས་ཏེ།  
ལ་འུར་ཤོད་བྱས་པས། སྒྲ་སྒྲི་ལས་ངོས་གཟུང་གང་ཡང་མེད་པར་ཉར་དེ་ཐུམ་མེ་  
སོང་བ་ནི་འབྲེལ་མེད་ཡེ་གོལ་གྱི་དགོངས་པའོ། །ཡང་ན། ང་དང་ཁྱེད་གཉིས་ཆེ་སྒྲ་  
མ་གར་སྒྲིས། ཕྱི་མ་གང་དུ་འགོ། ལ་འུར་བྱགས་དོལ་ལ་ཤོད་ཅིག་བྱས་དུས། ཅི་  
ཟེར་ཐུམ་བཟལ་ནས་ཉར་དེ་ཐུམ་མེ་བ་ལ་ལུས་པ་ནི། སེམས་འགགས་ལ་རིག་  
པ་རང་གསལ་གྱི་དགོངས་པར་ཐག་གཅད་དོ། །སྤང་སེམས་གཉིས་མེད་ལ་བརྟགས་  
པ་ནི། སྒྲ་མས་སྒྲོ་བ་མ་ལ་ས་ཆོད་ཅིག་བསྟན་ནས། བ་གིར་སོང་ཞིག་བྱས་ལ། བྱེད་  
ཙམ་སྒྲེབས་དུས་ད་ཚུར་ལ་ལོག་ཤོག་ཅིག་ཅེས་པའི་བར་དེར་འགྲོ་འདུག་དང་སྤང་  
ཡུལ་མ་འགགས་ཀྱང་། མིང་དོན་དུ་མའི་འཛིན་པ་སེམས་ཀྱི་རྟོག་པ་འགགས་ཏེ།  
སལ་ལེར་རིག་ལ་ཐུམས་མེར་ཤར་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་སུ་ཐག་  
གཅད་དོ། །

དེ་ལྟར་བརྟན་དང་ཐབས་དུ་མས་གཟུང་འཛིན་དང་བྲལ་བའི་རིག་པ་ཡེ་བབས་རང་  
གནས་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་རང་ཆས་ལྟན་གྲུབ་ཆེན་པོར་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་ངོས་  
གཟུང་བ་ནི་སེམས་ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་ངོས་བཟུང་བའོ། །དངོས་གཞི་རིག་  
པའི་རང་ངོ་སྤྱད་པ་ལ་གཉིས་ལས། དགོངས་པ་རང་གནས་སུ་ངོ་སྤྱད་པ་ནི། ལུས་  
གནད་བསྟན་ནས་དར་ཅིག་ཙན་གྱིས་གློད་པའི་རང་དེར་ངོ་སྤྱད་པ་ནི། ཀྱི་སྐལ་ལྷན་  
ད་ལྟའི་ཤེས་པ་འཕྲོ་འདུ་དང་བྲལ་ལ་གདངས་མ་འགགས་པར་ཉར་དེ་ཐུམ་མེ་བ་  
འདི་ཉིད་ཀ་དག་ཆོས་སྒྲིའི་དགོངས་པ་སྟེ། ཕྱི་དང་ནང་མེད་པ། ལྟ་སྟོམ་སྟོང་འབྲས་  
མེད་པ། ཡོད་མེད་ཡིན་མིན་མེད་པ། ཆོག་དང་ཐ་སྟངས་མེད་པ། རང་བབས་སུ་ཐུམ་  
མེ། རང་དང་སུ་སྟོང་དེ། ཡེ་གོལ་དུ་སྐལ་ལེ། འཛིན་མེད་དུ་ཤིག་གི་ གསལ་སྤྱོད་

དུ་སྤང་ངེ། བདེན་མེད་དུ་བྱམ་ན། རོ་བོ་ངོས་བཟུང་མེད་པའི་ངང་ལ་ཚུལ་སྒྲུབ་དང་  
བདེན་ཞེན་མེད་པར་གནས་པ་འདི་ཉིད། རིག་པ་ཡེ་གྲོལ་ཆོས་སྒྲུབ་ལྟན་གྲུབ་ཆེན་  
པོར་ངོས་གཟུང་ལ་རྟོག་མེད་དུ་བྱམ་ན། སྒྲོམ་མེད་དུ་བྱེས་སེ། ཚུལ་མེད་དུ་སྤང་ངེ།  
རྒྱུ་མེད་དུ་སྤང་ལེ། གང་ལའང་འཛིན་ཞེན་མེད་པ་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་ངང་དུ་  
ཞོག་ཅིག མི་འགྱུར་བརྟན་པ་རི་བོ་བཞིན་དུ་ཞོག །མི་གཡོ་དུངས་པ་རྒྱ་མཚོ་ལྟར་དུ་  
ཞོག །རེ་དོགས་བྲལ་བ་ལས་ཟིན་ལྟ་བུར་ཞོག །ཁོང་ཡངས་སྒོ་བདེ་གད་པོ་ལྟ་བུར་  
ཞོག །མ་བཅོས་རང་སར་བཞག་པའི་ཆོས་ཉིད་ལ། །མི་གནས་གདོད་མའི་ཆོས་  
སྒྲུར་ལྟན་གྱིས་གྲུབ། །བཅའ་བཅོས་མ་བྱེད་རང་བཞིན་ལྟག་པར་ཞོག །ཅིས་གདབ་  
པོ། །

དན་རིག་འཆར་རྒྱུ་མེད་པར་ངོ་སྤྲད་པ་ནི། ཡང་སྐལ་ལྟན་དེ་ལྟར་བཞག་པའི་ངང་  
ལས་འགྱུ་དན་སྒྲུ་ཆོགས་སུ་འཆར་འཆར་འདྲ་ཡང་། ཤར་ས་དང་ཤར་མཁན་མེད་  
པས་ཤར་བ་དང་ཡལ་བ་མེད་པར་ངོས་ཟུངས་ཤིག རི་ལྟར་ཤར་དུས་དེ་ཉིད་ལ་  
ལྟོས་དང་། བྱི་ནང་རོ་བོ་ངོས་བཟུང་མེད་པར་ཤར་བ་དང་གྲོལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཡེ་  
ནས་མེད་པར་ལ་སྒྲོས་ཤིག ངང་ལ་གནས་པས་གཡོ་མེད་ལྟན་གྱིས་གྲུབ། ཤར་  
དང་མ་ཤར་མེད་པར་ཐག་ཆོད་པས། །གྲོལ་དང་མ་གྲོལ་མེད་པར་ཡིད་ཆེས་སོ། །  
དོན་མེད་སེམས་ལ་གཉེན་པོས་མ་འཆོས་པར། །སྒྲེ་མེད་ངང་དེར་རང་ཡན་ཆེན་  
པོར་ཞོག །བལྟས་པས་མི་ལང་བདས་ཀྱང་ཟིན་པ་མེད། །ཡོད་མ་སྤོང་ཏེ་ཡོད་པར་  
མ་འཛིན་པར། །གང་ལྟར་ཤར་ཡང་རང་ཤར་ལྟག་པར་ཞོག །ཕན་གཤོད་མེད་པའི་  
སེམས་ལ་སེམས་མཐུད་ཀྱང་། །རྟོག་པའི་ལཁོར་ལོ་ནམ་ཡང་ཞིག་དུས་མེད། །རང་  
བཞག་སྐད་ཅིག་ངང་དེར་ཆོས་ཀྱི་སྒྲུ། །སེམས་འགག་ཡེ་ཤེས་རིག་པའི་གནས་  
ལུགས་ཡིན། །རི་ལྟར་དན་བསམ་འཕྲོ་བར་གང་སྒྲུང་ཡང་། །སྒྲུང་དུས་ཉིད་ནས་  
ཡོད་མ་སྤོང་བས་ན། །འཛིན་ཞེན་མེད་པའི་ལུང་པ་ལྟོང་པ་སྤྲ། །རང་བབས་གར་  
གར་ཐུམ་ཅིག་ལ་སྒྲུར་ཅིག །གཟེག་དང་གཟེ་རེས་མ་བསྐྱད་པའི་རིག་པ། །ངང་  
དུངས་འགག་མེད་ཡེ་གྲོལ་ལ་ལྟོས་དང་། །བལྟས་པས་མ་རྟོད་རྒྱ་མཚན་མེད། །གཞི་

ཅུ་བྲལ་བའི་སྒྲོང་གསལ་གནས། །རང་སོར་བཞག་པས་ངོས་གཟུང་མེད། །ཐ་མལ་  
ཤེས་པ་ཆོས་ཉིད་ངང་། །ཡེ་བབ་ལྷག་པར་གྲོད་ལ་ཞོག། །རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་གནས་  
ལྷགས་ཡིན། །གང་ཤར་སྤང་བ་སྤང་དུས་རང་བབས་སུ་སྒྲོད་གྱིས་ཐོངས་ལ། །རང་  
དྲངས་རིག་པའི་ངོ་བོ་ལ་མ་ཡེངས་ཅམ་དུ་ངོས་ཟུང་དང་། །ཤར་གནས་གང་ཡང་ཡོད་  
མ་སྒྲོང་བས་ཡན་གཞི་དུ་གྱི་ཡལ་ལས་འདས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེའི་རང་དེར་གྲོད་པ་ཅམ་གྱིས་རྣམ་རྟོག་མ་སྤངས་དབྱིངས་སུ་དག་ནས། །དགོངས་  
པ་ཡེ་བབ་ཆོས་ཉིད་ཆེན་པོས་གནས་ཏེ། །སེམས་གྱིས་མ་བསྐྱད་པའི་རིག་པ། །སལ་  
ལེ་བ་ལ་རྟོག་པ་མེད་པ། །རང་བབས་གྱི་ཤེས་པ་བཅོས་བསྐྱད་མེད་པ་འདི་ལ་ལྟོས་  
དང་། །སྒྲིས་མེད་ལྷན་ཅིག་སྒྲིས་པའི་ཡེ་ཤེས་ནམ་མཁའ་དྲངས་པ་ལ་ཉི་མ་ཤར་བ་  
ལྷར་སྒྲོགས་བྲལ་བྱ་ཡན་གསལ་སྒྲོང་རིག་པ་རྗེན་པའི་ངོ་བོར་ཤར་རམ། །གནས་  
སམ། །རི་ལྷ་བུའི་དུས་ནའང་རང་བབ་ཡེ་གྲོལ་འགྱུར་མེད་ལུས་མེ་ལྷལ་ལེ། །བསམ་  
བརྗོད་འདས་པའི་རང་བཞིན་དུ་ཉམས་སུ་སྤངས་པར་བྱའོ། །ཞེས་ཐེབས་པར་གདབ་  
བོ་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་བྱང་པར་གྱི་ངོ་སྤྱད་པ་ནི། །སྤྱ་མ་དགོངས་བརྒྱད་དོན་གྱི་འཕོ་བ་ཅིག་ཆར་  
དུ་ཐོབ་ཅིང་། །ལྷ་སྒྲོམ་སྒྲོད་པའི་ཉམས་སྒྲོང་དོ་རུས་འཕྲོད་པ་དག་གིས་སྒྲོབ་མའི་  
རྒྱུ་ཆོད་བརྟགས་ཏེ། །སྤྱ་རི་བཞིན་པར་ཆོགས་དུག་གི་ཤེས་པ་ཐིག་ལེ་ཉག་གཅིག་  
གི་དབྱིངས་སུ་ལ་བསྐྱེད་པ་ལ། །ངོ་རང་ཐོག་ཏུ་མཛུབ་བརྩྱག་གི་རྩལ་དུ་སྤྱད་དེ་ཐག་  
གཅིག་ཐོག་ཏུ་ཆོད་པར་བྱས་ནས། །ཡེ་གྲོལ། །ཡོངས་གྲོལ། །རང་གྲོལ། །ཅེར་གྲོལ་ཏེ།  
གཤིང་གྲོལ་ཐོག་ཏུ་བཅའ་བ་འདི་ནི་གལ་ཆེ། །རབ་གྱི་རབ་ཡིན་ཡང་དོན་བརྒྱད་  
དགོངས་པའི་འཕོ་བ་མངོན་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ན་མ་གཏོགས་ལས་འཕྲོ་སད་པ་རིག་  
འཛིན་སྤྱ་མའི་ཞལ་ནས་ལམ་གོང་མ་རིམ་པ་རྫོགས་སུ་ངོས་པར་ཡོད་པ་ན་བའི་བདུད་  
ཅིར་ཐོབ་པ་ལྷར་བཤད་པས་དམར་བཅིངས་སུ་ངོ་སྤྱད་ཅིས་ཐག་བཅད་དགོས།  
དེ་མ་བཅད་ན་ལྷ་བའི་སྒྲོགས་སུ་སྒྲོད་པ་ཤོར་ནས་མཐར་ཐུག་གི་གྲུབ་པའི་རྟགས་  
ཆད་མིན་པར་བར་ཆད་བདུད་རྟགས་གྱིས་གཞན་སྤང་སྤྱར་བྱེད་མངོན་ཤེས་རྒྱ་འཕྲལ་

སོགས་ཆོ་རོལ་དུ་སྒྱུད་ཅིང་རང་གཞན་སྤང་ལ་སྦྱར་ཉན་ཡོད། དེའང་མཐའ་གཅིག་  
 ཏུ་རེས་པ་མ་ཡིན་པར་ཤེས་དགོས་ཀྱང་། ཀྱན་མཁུན་གྲོང་ཆེན་ཡཔ་སྤྲས་གཉིས་  
 གསུངས་གཅིག་པར་བྱི་རབས་རྒྱམས་ལ་གོ་བའི་བྱིར། ཁོང་རྒྱམ་གཉིས་ཀྱིས་ནི་  
 ཉམས་ལེན་གྱི་གྲུབ་རྟགས་རེས་འབྱུང་སྐྱོ་ཤས་བྱམས་སྤྱིང་རྗེ་རྒྱུད་ལུང་མན་རག་དང་  
 ཤེས་བྱའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་གྲོང་རྩོལ་དུ་མཁུན་པ་སོགས་འདི་ལྟར་མངོན་ཚུལ་དང་།  
 བྱག་རྫོགས་གྲུབ་པའི་དབང་ཚུགས་རྒྱམས་ཀྱི་རྒྱམ་ཐར་ནའང་དེ་ལྟར་གསལ་བཞིན་  
 ལགས་སོ། །

དེ་ལྟར་ན་ལྟ་བུ་རྟོགས་ཀྱང་སྒྲོམ་པས་ངང་སྒྲོང་སྒྲོད་པ་ལམ་དུ་སྒྲོངས་དགོས་པས།  
 རང་ལུགས་ཅོག་བཞག་བཞི་ལས། དང་པོ་ལྟ་བུ་ཅོག་བཞག་ནི། རྒྱུད་སྒྲོ་ནས་མི་  
 བཏང་ཁ་སོ་མ་ཐུག་ཅུམ་གྱི་བར་ནས་བཏང་སྟེ་ཡིན་ལུགས་ཀྱི་སྟེང་ནས་བཅས་བཅོས་  
 མེད་པར་རི་བོ་ལྟར་ཅོག་གེར་བཞག་པ་དང་། གཉིས་པ་སྒྲོམ་པ་ཅོག་བཞག་ནི་དེའི་  
 རང་ནས་མིག་བརྩམ་པ་སོགས་མི་བྱ་བར་རྒྱ་མཚོ་རྒྱུད་གིས་མ་བསྒྲོད་པ་ལྟར་རང་  
 སར་བཞག་སྟེ་གོམས་པའི་ཆད་མིག་འབྱེད་འཛུམ་མི་དགོས་པ་འོང་དུས་སྒྲོམ་པ་རྒྱ་  
 མཚོ་ཅོག་བཞག་ གསུམ་པ་སྒྲོད་པ་ཅོག་བཞག་ཆོགས་དུག་གི་སྤྱང་བ་གང་ཤར་  
 ཐམས་ཅད་སྤང་སྤང་མི་བྱ་བར་ལམ་དུ་ཁྱེར་ནས་རེ་དོགས་འཁུ་འཁྲིག་མེད་པར་  
 སྒྲོད་དེ་གྲོད་པ་ནི་སྒྲོད་པ་སྤྱང་བ་ཅོག་བཞག་ བཞི་བ་འབྲས་སུ་ཅོག་བཞག་རིག་པ་  
 རང་ངོ་ཤེས་པས་འབྲས་སུ་ཐོབ་བྱ་ཐོབ་བྱེད་ལས་འདས་པའི་ལྟ་བུ་དེ་སྒྲུ་གསུམ་ལམ་  
 སྤང་དུ་ཤར་བ་ཡིན་པས་འབྲས་སུ་ཡིད་སྒྲོན་དུ་མ་སོང་བ་ནི་འབྲས་སུ་རིག་པ་ཅོག་  
 བཞག་གོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱན་བསྐྱུང་སྟེ་སྤྲེལ་པས་སུ་ཉམས་རྟོགས་ཀྱི་ཕུ་ཐག་སྤྲ་མའི་བྱུང་དུ་ཡང་ཡང་  
 གཅོད། གོང་གི་རྣལ་འབྱོར་བཞི་རིམ་པས། རོ་གཅིག་ཡན་ཆད་དང་། ཤེར་བྱིན་  
 པས་སྒྲོམ་ལམ་འབྱེད་པོ་ཡན་ཆད་ཀྱི་ཉམས་དང་རྟོགས་པའི་ས་མཚམས་རིམ་པར་  
 གསུངས་པ་ལྟར་རང་རྒྱུད་དུ་སྦྱར་རོ། །གང་ལྟར་ཅོག་བཞག་ལམ་དུ་སྒྲོང་ནས་རོ་  
 སྒྲོད་མ་འདི་སྟེང་དུ་སྟེབས་ཆོ། རི་བོ་མཐོན་པོའི་རྩེར་བྱིན་པས་རི་ཐག་འབར་འབྱུང་



མངའ་འོག་ཏུ་ཚུད་པ་ལྟར་མཉམ་བཞག་རྗེས་ཐོབ་ཀྱི་རིས་དང་བྲལ། བསྐྱོམ་བྱ་སྐྱོམ་  
བྱེད་ལས་འདས་པའི་འཁོར་འདས་ཤེས་བྱའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྒྱ་མཚོ་དྲངས་མར་  
ནམ་མཁའ་དྲངས་པའི་གཟའ་སྐར་གར་བ་ལྟར། མ་བསྐྱེད་རང་ལྷགས་ཀྱིས་ཆོག་  
དོན་ལ་མི་སྐྱོངས་པ་དང་། ལྷན་ཆེན་ནམ་མཁའ་ལྷིང་བ་ལྟར་ཡང་བའི་གཡང་ས་  
ཆོད་དེ། ལྷང་སྐྱོད་ཀྱི་སྒྲར་བྱུང་དགག་སྒྲུབ་ཐམས་ཅད་ཅུལ་དང་འོལ་པར་གསུམ་  
རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་གསུམ་གྱི་ཐ་སྐྱོད་རོ་པོ་རང་བཞིན་ཐུགས་རྗེ་དབྱེར་མེད་ཐིག་ལེ་  
ཉག་གཅིག་ཏུ་འབ་ཚུབ་སྟེ་འབྲས་བུའི་བཅན་ས་ཟེན་པར་ངེས་སོ། །

དེ་ལྟར་སེམས་རིག་དབྱེད་བ་རྒྱས་པར་ལ་བསྐྱེད་ཚུལ་བཤད་པ་ལ། དང་པོ་འབྲུལ་ཏེ་  
སེམས་ཅན་མ་བྱུང་། གོལ་ཏེ་སངས་རྒྱས་མ་བྱུང་བའི་དུས་སུ་ཡེ་གདོད་མ་དོན་གྱི་  
ཀུན་གཞི་ཞེས། དེ་ཁམས་ཅི་མི་སྐྱོམ་པ། དཔེ་བྱའི་སྒྲོང་པའི་རྒྱ་ལྷ་བྲ། དོན་རོ་པོ་རང་  
བཞིན་ཐུགས་རྗེ་གསུམ་སོགས་རང་བྱུང་དུ་ཡོད་པ་དེ་ཡིན་ཚུལ་ཤེས་ནས་གོལ་བ་  
ནི་དང་པོའི་སངས་རྒྱས་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་སོགས་གཞི་སོག་ནས་སངས་རྒྱས་པས་ན་  
ཡར་ལ་སྒྱུར་བ་དོན་གྱི་ཀུན་གཞི་ཞེས། མ་རིག་པའི་ལས་རྒྱུད་གཉིས་འཛིན་གྱི་སྒྲུང་  
བ་ཡིད་དཔྱོད་བྱེད་དུ་ལངས་ནས། མར་སེམས་ཅན་འབྲུལ་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལ་  
སྒྱུར་བས་ན་དོན་གྱི་ཀུན་གཞི་ལས་འབྲུལ་ཚུལ་ནི། ཆོས་ཉིད་ཡུལ་གྱི་འབྲུལ་གཞི།  
འོད་ལྷ་སྐྱོད་བཅུད་ཀྱི་འབྲུལ་གཞི། རིག་བ་སེམས་ཀྱི་འབྲུལ་གཞིར་སོང་སྟེ་སྐྱོད་  
བཅུད་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་བསྐྱེད་ཚུལ་ནི། གཟུང་འཛིན་འབྲུལ་པའི་ཐོག་མར། ཆོས་  
ཉིད་གདོད་ནས་ནམ་པར་དག་པ་སྒྲོས་བྲལ་ཀ་དག་སྐྱོང་བ་ཉིད་རོ་མ་ཤེས་ཏེ། སྐྱོང་  
པ་ཅི་ཡང་མིན་པ་འདི་ཅི་ཡིན་ནམ་སྐྱེས་པས་ཡུལ་གྱི་འབྲུལ་གཞི་རུ་སོང་། རོ་པོ་  
རང་བཞིན་དབྱེར་མེད་མན་ཤེལ་དྲངས་མ་དང་མ་བྱའི་སྐྱོང་ཚུ་ལྟ་བུར་ཡོད་པའི་  
ཡེ་ཤེས་འོད་ལྷའི་སྒྲུང་བ་ལ་གཉིས་སུ་བཟུང་ནས།

ང་ལས་འོད་པ་གི་བྱུང་ངམ། འོད་པ་གི་ལས་རྒྱུད་ངམ་སྐྱེས་པས་སྐྱོད་བཅུད་ཀྱི་  
འབྲུལ་གཞིར་སོང་། རང་བྱུང་གི་རིག་བ་འབྲུལ་པའི་དྲི་མ་གཏན་ནས་མེད་ཀྱང་།  
མ་རིག་གཉིས་འཛིན་ཉོན་རྒྱུད་སེམས་ཀྱི་དྲི་མས་བསྐྱེད་དེ་སེམས་ཅན་གྱི་འབྲུལ་



གཞིར་སོང་བའོ། །དེའང་དང་པོས་གཟུང་ཡུལ་སོ་སོར་དེར་འཛིན་གྱི་སྤང་བ་བསྐྱེད།  
གཉིས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ས་ཆུ་མེ་རྒྱུང་སོགས་སྦོད་གྱི་འཛིན་རྟེན་རིམ་པར་ཆགས་གནས་  
འཛིན་སྦོང་གི་སྤང་བའི་བག་ཆགས་བདེན་བདེན་མོ་གྲུབ་པ་ལ་གནས་དང་། རྒྱེ་  
གནས་བཞིའི་སེམས་ཅན་གྱི་ལུས་འབྱུང་བ་ལྟ་འདུས་གྱི་སྤང་བོ་གྲུབ་པ་ལ་བག་ཆགས་  
ལུས་གྱི་ཀུན་གཞི་ཞེས་སོ། །གསུམ་པས་སྤང་བོ་ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་སོགས་སེམས་  
དང་སེམས་ལས་སྤང་བའི་རྟོག་ཆོགས་ཉོན་མོངས་པ་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྦོང་གི་གཞི་རུ་  
སོང་བས་བག་ཆགས་སྤྲོ་ཆོགས་གྱི་ཀུན་གཞིའོ། །

བག་ཆགས་གྱིས་བསྐྱེད་པ་དེ་རྣམས་ལས་གཙོ་བོ་སེམས་ཡིན་པས་དེ་དབྱེ་ན་ཀུན་  
གཞིའི་རྣམ་ཤེས། ཡིད་གྱི་རྣམ་ཤེས། ཉོན་མོངས་པའི་རྣམ་ཤེས། སྒྲོ་ལཱི་རྣམ་ཤེས་  
སོ། །དང་པོ་ཀུན་གཞི་གཉིད་འཕྲུག་པོ་ལྟ་བུ་མ་རིག་པ་རྣམ་ཤེས་དང་མཆུངས་ལྡན་  
དུ་ཡོད་པ་ཡུལ་ལ་མ་སད་པའི་དུས་རྒྱ་བདག་ཉིད་གཅིག་པའི་མ་རིག་པ། དེ་ཡུལ་ལ་  
ཅུང་ཟད་སད་པའི་དུས་ཡིད་གྱི་རྣམ་ཤེས་སམ་ལྟན་ཅིག་སྒྲིམ་པའི་མ་རིག་པ། སོ་  
སོར་ཉེ་བར་ལེན་པའི་ཆ་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་རྣམ་ཤེས་སམ་ཀུན་བརྟགས་གྱི་མ་  
རིག་པ་སྒྲེ། དེ་གསུམ་མཆུངས་ལྡན་སྒྲོ་ལཱི་རྣམ་ཤེས་གཟུང་འཛིན་དུ་འབྱུལ་བ་  
འགྲོ་བ་རིགས་དྲུག་སོགས་སྤྲུག་བསྐྱེད་མུ་མེད་པ་ཟླ་རྒྱུད་མོ་བཞིན་དུ་སྒྲེ་བ་  
ཐོག་མ་དང་། ཐ་མའི་མཐའི་མེད་པར་འགྲོ་ཞིང་འཁོར་བས་ན་མ་རིག་པ་འགྲོ་བ་  
སེམས་ཅན་ནོ། །

ཡང་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་ཉོན་མོངས་པ་ཉེ་བར་སྤངས་ཏེ་འབྱུལ་བ་ཆེར་སོང་  
བ་སྒྲོ་ལཱི་རྣམ་ཤེས་ཐ་རགས་སུ་གྱུར་པ་ལ་ཆོགས་བདུན་ཞེས་འདོད་ལ། དེ་རྣམས་  
ཤིག་རྒྱ་གོ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དཔེ་ལ་བརྟེན་ནས་རོ་སྦོད་གྱི་རྒྱལ་དུ་བཤད་པར་བྱ་བ་  
ལ། དཔེར་ན་མི་ཞིག་གིས་རང་ལ་དངོས་པོའི་རྒྱ་རྩེ་མཆེ་ཐ་བདག་གིར་བརྒྱང་བ་  
ཡོད་བཞིན། དག་རྒྱུན་གྱི་དོགས་སར་འདུག་དགོས་བྱུང་ཆེ་རྒྱལ་ཤོར་དོགས་གྱི་  
ཉེར་སྤྱད་རང་གི་ཉེ་སར་བཞག་སྟེ་མེལ་ཆེ་བྱ་བཞིན་གཉིད་དུ་སོང་བ་ལྟ་བུ། རྒྱ་  
བདག་ཉིད་གཅིག་པའི་མ་རིག་པ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་དང་མཆུངས་ལྡན་ནོ། །





གཉིད་འཇུག་པོ་དེ་ལས་སངས་པ་དངོས་པོ་ཚང་མི་ཚང་བལྟས་ཀྱང་ཕྱོགས་ཙམ་ལས་  
མ་ཤེས་པའི་སྐབས་ལྟ་བུ་ལྟ་སྟེས་མ་རིག་པའམ་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས། དངོས་པོ་ཚང་  
མ་ཚང་ཤེས་ཏེ་ཚང་ན་དགའ་བའི་ཆགས་སེམས་དང་། མ་ཚང་ན་ཉོན་མོངས་པའི་  
སྤང་སེམས་སྟེ་བ་ལྟ་བུའི་ཉེར་ལེན་ནི་ཉོན་ཡིད། དེ་ཁ་ཕྱིར་ལྟས་སྟོ་ལྟའི་ཤེས་པ་དང་  
བསྟོངས་ཏེ་དགའ་སྟུག་གི་ཚོར་བ་ཡང་ཡང་ཉམས་སུ་བྱུང་ཏེ། ཡུལ་སོ་སོ་གཟུང་  
འཛིན་དུ་སོང་བ་ནི་སྟོ་ལྟའི་རྣམ་ཤེས་ཡིན་ནོ། །

དེ་དག་ཚུར་བསྟར་མ་རིག་པའི་ཀུན་གཞི་ལུང་མ་བརྟན་དང་། ཡིད་རྣམ་ཤེས་དང་  
མཚུངས་ལྟ་བུ་སྟེས་མ་རིག་པ་དང་། དེ་གཉིས་མཚུངས་པར་ལྟ་བའི་མ་རིག་  
པ་སེམས་དང་གསུམ་ལ་འདུ། སེམས་རིག་དབྱེ་བའི་དོ་སྟོང་གོང་བརྟན་ལྟར་སྟོབ་  
མའི་རྒྱད་ལ་རྩི་བ་བཞིན་ཐེབས་ཆོ། ཀུན་གཞིའི་མ་རིག་པ་སངས་ཏེ། རྒྱ་ཆད་  
ཕྱོགས་ལུང་སྟོས་པའི་མཐའ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སྟོང་བ་བྱུང་  
ཆད་མིན་པའི། རོ་བོ་ཀ་དག་གཉིད་གསལ་གྱི་ཡེ་ཤེས་དང་མཚུངས་ལྟར་དུ་ཐག་  
ཆོད་པས་ཀུན་གཞི་ཆོས་སྐར་ལ་བསྐྱེད་བའམ་དབྱེ་བ་དང་། ལྟ་སྟེས་མ་རིག་པ་དང་  
མཚུངས་ལྟ་བུ་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་རང་བཞིན་འགགས་མེད་དམ་ལུན་གྲུབ་ཀྱི་འོད་གསལ་  
ཡེ་ཤེས་སུ་ལ་བསྐྱེད་བའམ་དབྱེ་བ། ཉོན་ཡིད་ཀུན་བརྟགས་ཀྱི་མ་རིག་པ་དང་མཚུངས་  
པར་ལྟ་བའི་སེམས་ཀྱི་མ་རིག་པ་སངས་ཏེ་འཁོར་འདས་ཤན་བྱེ་ནས་རིག་པར་  
ཤར་ཏེ། གང་སྤང་གི་རྟོག་པ་རིག་པའི་རྩལ་དང་རོལ་པའི་རང་བཞིན་སྤང་སྤང་  
དགག་སྐྱབ་ལས་འདས་པ་ཐུགས་རྗེ་ཀུན་བྱུང་གྱི་ཡེ་ཤེས་སོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་མ་རིག་པ་གསུམ་གྱིས་འཁོར་བའི་བག་ཆགས་ས་བོན་དང་བཅས་པ་སྤྲད་  
ཅིག་ཙམ་གྱིས་ཡེ་ཤེས་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་དུ་དོ་སྟོང་ཅིང་ལ་བསྐྱེད་ཏེ་ཐག་ཆོད་  
པར་བྱ་བ་ནི་འབྲས་བུ་ཡིད་སྟོན་དུ་མ་ལུས་པ། གཞི་ལས་འཕགས་ཤིང་བྱེ་བྲག་  
ལྟེད་མ་ཐག་གོལ་བ་ནི་འོད་གསལ་ཐོགས་པ་ཆེན་པོའི་རང་སྤྲད། གཞི་ཀ་དག་  
ཁྱེགས་ཆོད་ཅེས་པའི་དོན་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པའི་རྣལ་འབྱོར་དུ་ཁོ་བོས་ཐག་ཆོད་པའི་རེས་  
ཤེས་བཟང་པོ་ཁོང་ནས་ཤར་བ་ལྟར་བཤད་པ་ལགས། གོང་དུ་ཡེ་གདོད་མ་དོན་

གྱི་ཀུན་གཞི་དྲི་མ་དང་བྲལ་བ་དངོས་བསྟན་ཆོག་གིས་ཤེས་ཀྱང་། སྒྲོར་བ་མ་རིག་  
པས་མཆོམས་སྒྲུབ་པའི་ཡུན་རིང་འབྲུལ་པའི་རྣམ་ཤེས་ཆོགས་བདུན་མ་རིག་གསུམ་  
དང་མཚུངས་ལྟན། ཡེ་ཤེས་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་སོ་སོར་གན་བྱེས་ཏེ་ལ་བསྐྱེ་བ་  
དེ་དོན་ཚུལ་བཞིན་དུ་ངོ་ཤེས་པས་ངོ་བོ་ཡེ་དག་ལ། མ་རིག་དྲི་མས་བསྐྱེ་བ་པ་རང་  
སངས་སུ་དག་པ་ལ། སྒྲོ་བར་རྣམ་དག་ཅེས་བྱའོ། །

གྲོང་ཆེན་པས། དེའང་ཀུན་གཞི་དབྱིངས་སུ་རུབ་པའི་ཆ་ཆོས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས།  
ཀུན་གཞི་རྣམ་ཤེས་དབྱིངས་སུ་རུབ་པའི་ཆ་མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས། ཡིད་ཤེས་རུབ་པས་  
མཉམ་ཉིད་དང་། ཉན་ཡིད་རུབ་པས་སོ་སོར་རྟོག་པ་དང་། སྒྲོ་ལཱ་རྣམ་ཤེས་  
དབྱིངས་སུ་རུབ་པས་བྱ་བ་བྱུབ་པའི་ཡེ་ཤེས་སོ། །དེ་ལྟར་དབྱིངས་གདོད་མའི་འོད་  
གསལ་བའདེག་ཤེས་སྒྲིང་པོར་སྒྲོར་བ་དོན་གྱི་ཀུན་གཞི་གཤིས་ཐོག་ཏུ་ཕེབས་པ་  
ནི་མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་ལུ་སྟེ། དེའི་ཆེ་བག་ཆགས་སྒྲ་ཆོགས་པའི་ཀུན་གཞི་རྣམ་  
ཤེས་ཆོགས་བསྐྱད་དང་བཅས་པ་ཉི་མ་གར་བས་སུན་པ་སངས་པ་བཞིན་དག་པས་  
སངས་རྒྱུ་ཞེས་སྤངས་རྟོགས་མཐར་ཕྱིན་པའོ། །དེའི་ཆེ་བར་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་དང་  
འདྲ་འབྲལ་མེད་པ་ནི། ཆོས་ཀྱི་སྒྲུའི་ཞིང་ན་མངའ་དབང་རྫོགས་པའི་སྟོན་པ་ཀུན་  
ཏུ་བཟང་པོ་འཁོར་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཚོའི་ཆོགས་ལ་དུས་ཆོས་ཉིད་འཕོ་འགྱུར་མེད་པའི་  
ཆོ། ཆོས་རང་བཞིན་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་འོད་གསལ་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རང་ཆས་སུ་  
བརྟེན་དུ་མེད་པར་སྟོན་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཡེ་ཤེས་ཀྱང་གསུམ་སྟེ། ངོ་བོ་ཀ་དག་གི་ཡེ་  
ཤེས་ཆོས་སྒྲུ། རང་བཞིན་ལྷན་གྲུབ་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལོངས་སྒྲུ། ཐུགས་རྗེ་རིག་པའི་ཡེ་  
ཤེས་སྒྲུལ་པའི་སྒྲུ་སྟེ་སྒྲུ་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་གཅིག་དང་དུ་མ་མེད་པའི་རང་ལས་  
མི་གཡོ་བར་བཞུགས་པའོ། །

ཞེས་དང་ཡང་། རྗེས་སྤངས་ཉམས་ཀྱི་སྒྲོང་ཐངས་བསྟན་པ་ལ་གཉིས་ལས། མཉམ་  
བཞག་ཏུ་རིག་སྟོང་རྗེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་ཞེན་པའི་འབྲིས་མི་གདགས་པར་རང་གསལ་  
རྒྱ་ཡན་ལྷག་པར་གྲོད་པའོ། །དེའང་མིག་ག་ཟུགས། རྩ་བ་སྒྲ། སྒྲ་དྲི། བྱེ་རོ། ལུས་  
རིག་བྱ། ཡིད་དགག་སྒྲུབ་ཀྱི་རྟོགས་ཆོགས་ཆོས་སུ་སྤངས་བ་དུག་ལ་ཡུལ་མི་དགག་



པར་ཤེས་པ་སྒྲིབ་དེ། རིག་པའི་ངང་དུ་ཤེས་པ་རྗེས་སྒྲིབ་མ་འབྲང་བར་གསལ་  
 དུངས་སྒྲིབ་པ། རེ་དོགས་དང་བཅོས་བསྐྱད་མེད་པའི་རྣམ་པས་ཉམས་སུ་གྱུར་ས་  
 པས། སྤང་བའི་ཡུལ་མ་སྤངས་རང་གོལ། འཛིན་པའི་སེམས་མ་སྤངས་རང་གོལ།  
 སྤང་སེམས་གཉིས་མེད་དུ་དག་པའི་མིག་གིས་ལྟ་ལྟ་སྒྲིབ་པ་མེད་དེ། ཅིག་པ་  
 དང་། ར་བ་དང་། རི་ལ་སོགས་པས་ཆོད་པའི་པ་རོལ་ཟང་ཐལ་དུ་མཐོང་བ་ལ་  
 སོགས་པ་དང་། རྣ་བས་ལྟ་སྒྲིབ་དང་། སྤྲུལ་སོགས་པའི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཆེ་ཆུང་ཤེས་པ་  
 དང་། སྤྲུལ་མི་ལས་འདས་པའི་དྲི་དག་པ་ཆོར་བ་དང་། ལྕེས་པས་མ་གཏན་གྱི་རོ་  
 བརྒྱལ་སྒྲིབ་པས་ཟས་མི་དགོས་པ་དང་། ལུས་ཀྱིས་བདེ་གསལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དྲོད་  
 ཐེབས་པ་དང་། ཡིད་ཀྱིས་རང་གཞན་གྱི་ཆེ་རབས་དུ་མ་བྱན་ཞིང་། མདོན་པར་ཤེས་  
 པས་དབང་བསྐྱར་ཏེ་ཟག་པ་ཟད་པ་ལ་སྒྲིབ་པ་ཡིན་ནོ། །

རྗེས་ཐོབ་ཏུ་གང་སྤང་སྤྱོད་མའི་དཔེ་བརྒྱད་དུ་ཤེས་པས་ཆགས་སྤང་དང་ཉོན་མོངས་  
 ལས་གོལ་བར་བྱ་ཞིང་། དགག་སྒྲིབ་སེམས་ཀྱི་རོལ་པར་གར་ཆད་གཞི་མེད་ཅུ་བ་  
 དང་བུལ་བར་ཐག་བཅད་ལ་འཛིན་ཞེན་དང་སྤང་དོར་མི་བྱ། རི་སྤྱིད་བདག་འཛིན་  
 དབྱིངས་སུ་མ་ལུབ་ཀྱི་བར་དུ་ཟབ་མོའི་གདམས་པ་བསྒྲོམ་ཞིང་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ལས་  
 ལ་འཛེམ། དག་སྤང་དང་མོས་གུས་བསྐྱེད་དེ་རང་སེམས་སྒྲོན་མེད་བྱ། དམ་ཆོག་  
 དང་སྒྲོམ་པ་བསྐྱར་ཞིང་གཅིག་ཤུར་དཔེན་པར་འདུག རྣམ་གཡང་དང་འདུ་འཛི་  
 སྤང་ཞིང་དགོས་མེད་རྒྱུད་ལ་བསྟེན། ཆགས་མེད་ཞེན་མེད་བྱ་ཞིང་འཛིན་མེད་  
 ལམ་དུ་སྒྲོང་། རྟག་ཏུ་འཆིབ་བསམ་ཞིང་བརྩོན་འགྲུས་མེ་བཞིན་སྤར། ཉིན་མཆོན་  
 དགོ་བས་འདའ་ཞིང་ཆེ་འདིའི་བྱ་བ་བཏང་། རྟག་ཏུ་སྤྲོ་མ་བསྟེན་ཅིང་མོས་གུས་  
 ཀྱིས་གསོལ་བ་གདབ།

གཏན་མེད་ལམ་དུ་ཁྱེར་ཞིང་བྱར་མེད་ངང་ལ་བཞག བདག་གཞན་གཉིས་འཛིན་  
 སྤང་ཞིང་རེ་དོགས་ཅུ་བ་བཅད། རྒྱུན་ངན་ལམ་དུ་སྒྲོང་ཞིང་ཅིར་སྤང་སྤྲོ་མར་བཏུ།  
 ཐམས་ཅད་རང་སྤང་ཤེས་པས་བདག་འཛིན་ཞེན་པ་དོར། གང་ཡང་སྤྱིང་པོ་མེད་  
 པས་བདེན་མེད་ཡོ་ལངས་བསྐྱར་། ཡེ་སྤྱོད་བཟ་སྤྱོད་ཤེས་པས་རང་སྤང་ཞར་ལ་



འཆར། དེ་ལྟ་བུའི་ཐབས་དང་སྟོད་པས་གནས་ཤིང་ཉིན་མཚན་འདེའ་བར་བྱའོ། །  
 གྲོ་རྒྱུ་ཁར་འཆར་རིང་ལ་རིག་པའི་རྩལ་སྦྱང་དང་དབེན་པར་ཉམས་ལེན་ལ་འབྲངས།  
 དགག་སྒྲུབ་ཞེན་འཛིན་ཡོད་རིང་ལ་དགེ་སྤྱི་གྲང་དོར་བྱ་ཞིང་གཉིས་མེད་དོན་ལ་  
 སྦྱང་། གང་ཡང་གོགས་སྒྲུམ་ཤར་བའི་རིང་ལ་གདམས་པའི་སྒྲུབ་བསྐྱར་ཞིང་རིག་  
 པའི་དོན་ལ་བལྟ། སྦྱེ་ཤིང་འཛིགས་དངངས་སྦྱེ་རིང་ལ་སྦྱེ་མེད་དོན་ལ་སྦྱངས་པས་  
 བྱི་ནང་ཐམས་ཅད་ཆོས་ཉིད་དུ་འཆར་བའི་དུས་ན་སྒྲོམ་མེད་ཚུ་བོ་རྒྱུན་གྱི་ནལ་འབྱོར་  
 ལ་གནས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཀུན་མཁྱེན་གྲོང་ཆེན་པས་གསུངས་སོ། །

ཁོ་བོའི་རང་ཉམས་དང་སྦྱར་ན། གང་  
 ཟག་རབ་སོགས་ལ་རི་རྒྱུད་གསུངས་པ་ལྟར་ཡོང་བ་གཞིར་བཅས་གྲང་། འབྲིང་མན་  
 ཆད་ཀྱིས་ཆོས་བརྒྱད་འཛིག་རྟེན་གྱི་བྱ་བ་སེམས་ཀྱི་རྒྱངས་བསྐྱངས་ཏེ། སྒྲོ་ཤས་དང་  
 དེས་འབྲུང་གིས་སྒྲོ་རྒྱུད་ཡང་ཡང་སྦྱང་ཞིང་། སྒྲུམ་སྒྲུབས་གནས་ཀུན་འདུས་ཀྱི་དོ་  
 བོ་ཡིན་པར་ཤེས་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ངོས་ནས། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ནི་མདོ་རྒྱུད་  
 ཀུན་ནས་གདུལ་བྱ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་གང་འདུལ་དེར་སྟོན་སངས་རྒྱས་སྤུལ་པའི་  
 སྦྱང་དངོས་ཡིན་པར་གསུངས་པས་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་དང་། བཀའ་དྲིན་གྱི་ངོས་ནས་  
 རང་རེ་ལ་འང་ལམ་དང་ལམ་མ་ཡིན་པའི་ཤེས་བཞིན་གྱི་མིག་འབྱེད། བརྩེ་བས་  
 རྩེས་སུ་བརྒྱུད་ནས་མས་སུ་བསྒྱུངས་པ་ལྟ་བུའི་ཐོབ་བྱ་སྒྲུབ་སྤུལ་ལམ་སྦྱང་དུ་རྟོ་སྦྱང་  
 དེ། འཁོར་འདས་ཀྱི་ས་མཚམས་ཐུས་ཤིང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་བཀོད་པའི་བདག་  
 རྟེན་གྱི་བཀའ་དྲིན་དྲན་པའི་སྒྲོ་ནས། འགོ་འཆག་ཉལ་འདུག་སོགས་དུས་དང་རྣམ་  
 པ་ཀུན་ཏུ། བསམ་རྒྱ་སྒྲུམ་ལས་མེད་པ། སྒྲོ་སྒྲུམ་སོས་གུས་ཀྱིས་འཕྲོག་བྱས་པའི་  
 ལམ་ཁྱེར་ཁོ་ན་ཐུགས་དམ་གྱི་མཐིལ་བཅོལ་ནས་ཉམས་སུ་སྒྲངས་ན། ཅི་ཞིག་ན་  
 མོས་གུས་ལམ་དུ་སྟོངས་ཏེ་ནལ་དུ་འབྱོར་བའི་རྟེན་གྱིས།

ལྟ་སྒྲོམ་སྟོད་པ་ཐམས་ཅད་རང་ཤུགས་ཀྱིས་བཞག་ཐབས་སྦྱེས་སུས་ལས་ཟེན་པ་  
 ལྟར་སྒྲོ་བདེ་རང་གིས་འབྲུང་བ་དང་། རང་འཐག་གི་རྩ་ཆད་པ་ལྟར་བྱ་རྩོལ་གང་  
 ཡང་མི་དགོས་པར་གྲུ་ཡངས་རྒྱན་མི་ཆད་པ་དང་། གང་ལ་འང་རག་མ་ལུས་ཤིང་ཅི་

ལའང་བརྟེན་པ་མེད་པ་ནམ་མཁའི་སྒྲིན་ལྟ་བུ། རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་བྱ་ལམ་  
 རྗེས་མེད། གཟུགས་སུ་སྤྱང་བ་ཐམས་ཅད་ཚུ་བྱ་ལྟར་གཟུང་འཛིན་དག་པ། སྐྱེ་  
 གྲགས་ཐམས་ཅད་གྲགས་སྟོང་བྲག་ཆ་ལྟ་བུ་སྐྱེ་མེད་འགག་མེད་རང་བྱུང་རང་གྲོལ་  
 ཏུ་སྤང་བའི་ཆོ་སྤྱང་མི་ཤེས་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཆོག་དོན་བྱག་སྤྱད་ཏུ་ཤེས་པ་དང་། ཆོ་  
 འདིའི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་དོན་མེད་པར་ཐག་ཆོད་པ། སྤྱིར་འདུས་བྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་དང་རང་གི་ལུས་སེམས་ཀྱི་ཆོགས་པ་སྤྱད་ཅིག་ཅམ་ལའང་རྟག་བརྟན་མེད་པ་  
 སོགས་སྟོ་བཅོས་མི་དགོས་པར་རང་རམ་གྲགས་ཀྱིས་སྟེ། འཆི་མེད་ཀྱི་དོན་རྟོགས་  
 པས་ཆབ་ཚུབ་ཀྱི་སྟོ་དང་བུལ་བ་ཞིག་ནི་ངེས་པར་འབྱུང་ངོ་། །

ཉིན་པར་མཉམ་རྗེས་ངེས་མེད་མཆོན་མོ་ཀ་དག་ལྟར་གྲུབ་གང་ལ་གོམས་གྲགས་ཆེ་  
 བའི་འོད་གསལ་ཡང་ཟིན། གང་གར་གང་སྤྱང་ཆོས་ཉིད་རིག་ཅུལ་དང་རོལ་པར་  
 ཐག་ཆོད་དེ་གཞི་མེད་ཅུ་བུལ་བ་རྗེད་མེད་སྟོ་འདས་ཐིག་ལེ་ཉག་གཅིག་སྤྱང་སྤྱང་ཡེ་  
 གྲོལ་ཆེན་པོའི་དོན་ཁོང་ཏུ་ཚུབ་ཏེ་དོན་གཉིས་ལྟར་གྲུབ་ཆོས་ཀྱི་སྤྱིའི་གོ་འཕང་མངོན་  
 ཏུ་བྱས་པ་ལ་ཉེ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུ་སོགས་རྟགས་ཆད་གང་ཡང་མེད་ན་ངེས་ཤེས་  
 ཀྱི་སྒྲིབ་པ་བག་ཉལ་ཤིན་ཏུ་སྤྱ་བའི་སྒྲིམས་དང་མ་བུལ་བའི་རྟགས་ཡིན་པས་ས་ལམ་  
 ཀྱི་ངེས་པ་གང་ཉམས་སུ་སྤངས་ཆོ་སྤྱེ་ནང་གསང་བའི་ལམ་རྟགས་དེ་ལྟར་འཛོམ་  
 ཏུས་ཁམས་གསུམ་ཀྱི་ལས་དང་བག་ཆགས་ལས་འདས་པའི་གོང་ཁྱེད་རྒྱན་གཅོད་ཀྱི་  
 ལྟ་བ་མངོན་སུམ་ཏུ་རྟོགས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེའི་ཕྱིར་རེན་པོ་ཆེ་སྤྱངས་པའི་རྒྱུད་ལས། རྟོ་རྟོའི་གད་མོ་བཅུ་གཉིས་གསུངས་པ་ནི།  
 ལྟ་བ་རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་ལ་ལྟོས་དང་། དག་སྤྱིག་དང་ལྟ་སྟོམ་ལས་འདས་པ་ངོ་  
 མཚར། གཞི་མ་བསྟོད་པར་ལུས་ཀྱི་བྱ་བ་ཅི་བྱས་ཀྱང་། དག་སྤྱིག་གི་ཡན་གནོད་  
 དང་བུལ་བ་རྟ་ན། དངོས་པོ་གཤིས་ཀྱི་འདུག་ཚུལ་ལ་ལྟོས་དང་། སྤྱང་བ་འདི་སྐྱེ་མ་  
 བརྗེས་མདོག་མ་བསྐྱར་བ་ངོ་མཚར། བདེ་སྐྱག་ཅི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་། དོན་ལ་འཇུག་  
 བ་མེད་པ་རྟ་ན། སྤྱང་བ་ཆེན་པོ་ཀྱན་བྱུབ་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལ་ལྟོས་དང་། དཔལ་པས་ཀྱི་  
 སྟོད་པ་སྐྱེ་ཆོགས་རོལ་པར་གར་བ་ངོ་མཚར། རི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་འགག་མེད་ཀྱི་སྟོང་

དུ་སྐྱེ་མེད་དུ་གྲོལ་བ་ཏ་ན། ཆོས་སྐུ་ཀུན་ཁྲུབ་གྱི་ཡེ་ཤེས་ལ་ལྟོས་དང་། སྐྱེ་བ་མེད་  
བ་ཡེ་ནས་ལྷན་ཅིག་དུ་གནས་པ་དོ་མཛར། མཚོན་ཐོགས་ནས་འགྲོ་བ་དུས་གཅིག་  
ལ་བསྐྱལ་གྱང་རྒྱུད་ལ་ཕན་གནོད་དང་བུལ་བ་ཏ་ན། རིག་པ་སྟོང་བ་ཀུན་སྣང་གི་  
ཡེ་ཤེས་ལ་ལྟོས་དང་། གང་སྣང་རང་གི་གོགས་སུ་འཆར་བ་དོ་མཛར། ཅིར་སྣང་  
རང་གི་གཞི་ལས་མ་གཡོས་བ་ཏ་ན། རིག་པ་སྟོང་བ་ཀུན་གྲོལ་གྱི་སྣང་བ་ལ་ལྟོས་  
དང་། རང་གི་གཉིན་པོར་རང་ཆེ་བ་དོ་མཛར། ཉིན་མོངས་པ་ནམས་རང་གིས་རང་  
གྲོལ་བ་ཏ་ན། རིག་པ་ཡེ་ནས་སྟོང་བ་ཀུན་དག་གི་དོ་བོ་ལ་ལྟོས་དང་། འབད་ཚུལ་  
མེད་པར་འབྲས་བུ་རྟེན་བ་དོ་མཛར། གཅིག་ཟེན་པས་འཁོར་འདས་ཐམས་ཅད་  
གཉིས་མེད་དུ་དག་བ་ཏ་ན།

དོ་བོ་སྟོང་བ་ཀུན་གཞིའི་དོ་བོ་རང་བཞིན་ལ་ལྟོས་དང་། འགྲོ་དུག་སྐུ་གསུམ་དུ་སྣང་  
བ་དོ་མཛར། འགྲོ་བས་སྒྲོམ་པ་དུལ་ཙམ་ཞིག་མ་བྱས་པར་དུས་གཅིག་ལ་སངས་  
རྒྱས་བ་ཏ་ན། སྐུ་གསུམ་སྟོང་བ་ཡེ་ལྗོགས་གྱི་འབྲས་བུ་ལ་ལྟོས་དང་། དུས་གསུམ་  
འདུ་འབལ་མེད་པའི་ཆོས་ཉིད་དོ་མཛར། པ་དོལ་དུ་ཕྱིན་བ་དུག་མ་སྦྱད་པར་ཆོགས་  
གཉིས་དུས་གཅིག་ལ་ལྗོགས་བ་ཏ་ན། རིག་པ་ཅེར་བཞག་ཀུན་མཉམ་གྱི་ཡེ་ཤེས་ལ་  
ལྟོས་དང་། བྱ་བྱེད་ཐམས་ཅད་རྒྱན་དུ་གར་བ་དོ་མཛར། སྤང་ལེན་ཐམས་ཅད་ལྷ་  
བས་གྲོལ་བ་ཏ་ན། སྟོང་བའི་སྟོང་བ་ཡེ་སྟོང་ཆེན་པོ་ལ་ལྟོས་དང་། སངས་རྒྱས་  
ཐམས་ཅད་གཡང་སར་འདུག་པ་དོ་མཛར། བྱ་བྱེད་སྒྲོམ་པས་འཁོར་བ་སངས་  
བ་ཏ་ན། མི་སྟོང་པའི་སྟོང་བ་དངོས་ཅན་ལ་ལྟོས་དང་། མེད་པ་ལ་བདག་དུ་འཛིན་  
པའི་ཐེག་པ་དོ་མཛར། སྐྱེས་པས་སྐྱེ་མེད་ཐོབ་པ་ཏ་ན། ཞེས་སོ། །

རིག་པའི་གཤིས་ལ་དགག་སྒྲུབ་ཤེད་ཀྱིས་སྤང་བྱང་གང་ཡང་བྱར་མེད་པའི་དོན་ཡིན་  
བ་ཤེས་པར་གྱིས་ལ་ལྷ་ཕྱོགས་སུ་སྦྱོད་པ་མི་འཆར་བར་སྒྲོམ་མེད་ཡངས་མེད་དང་  
གནས་སམ་ཡང་དག་གི་དྲན་བཤམ་ཡིད་ལས་འདས་པའི་ཤེས་རབ་སོགས་མིང་དུ་  
མ་བདགས་གྱང་བླ་མའི་ཞལ་གྱི་བདུད་རྩི་ཡང་ཡང་མུང་དགོས་པ་ནི་སྒྲོམ་སྦྱོད་གྱི་  
ལམ་ཁྱེར་ཁོ་ན་ལ་རག་ལས་པས་ཉིན་མཚན་གྱི་འོད་གསལ་གོང་ནས་གོང་འཕེལ་



ལ་བརྩོན་ཏེ་སྒྲུབ་བཞི་བྱེད་པའི་སར་མ་འབྱོལ་གྱི་བར་དུ་བརྩོན་འགྲུས་ཐང་ལྟོད་མེད་  
པས་ཉམས་སུ་ལེན་དགོས་སོ། །

ཁྱིེགས་ཆོད་ཀྱི་གནད་ཕྱམས་རྩོམ་ཆེའི་ཆོག་གིས་ཉུང་དུར་གདམས་པ་རྩོམ་ཆེའི་ཆོག་རྒྱུ་  
ལས། གཞུག་མར་གནས་པ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲུབ་ཤེས་བཞིན་འཆར་བ་ཡོངས་སྤྱོད་རྩོགས་  
གནས་འགྲུག་གཉིས་མེད་སྤྱུལ་པའི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཤིག་པ་དེ་ལ་ཟེར་  
ལ་དེར་འཛིན་མེད་  
ཤིག་གི་བར་འགྲུག་བཞིས་བཟུང་བྲལ་  
ལྷ་དེར་གྲོལ་ལ་རྩེས་  
ཤེས་མེད་  
སྒྲུབ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཤིག་པ་དེ་ལ་ཟེར་  
ལྷ་བ་མེད་ལ་བྱིད་ཆོད་བྲལ་  
སྒྲོམ་པ་  
མེད་ལ་ལྷུམས་སུ་ཞུགས་  
སྤྱོད་པ་མེད་ལ་གཟུང་གཏད་བྲལ་  
ཕྱག་དེ་ལ་ཟེར་  
ཐོལ་གྱིས་ཤར་བའི་ཕྱམས་རྩོག་དེ་  
ཤིག་ཅིང་དེ་ཁའི་རྒྱུ་བསྐྱུང་ན་  
གཤིས་ལ་ཤོར་བའི་ལྷག་མཐོང་ཡིན་  
མིང་ལ་རྩེས་ཐོབ་འདོགས་ན་ཐོགས་  
ཕྱམས་  
རྩོག་ཆོས་སྒྲུབ་གྲོལ་བ་མིན་  
ཐང་ཀར་རྩུབ་གདར་ཆོད་པ་དགོས་  
ཡེ་ནས་ཤིག་པ་  
སྒྲོམ་བྲལ་ལ་  
ལྷ་སྒྲོམ་སྤྱོད་པའི་ཐ་སྒྲུབ་དང་  
དེར་འཛིན་གཞི་རྩ་མེད་པར་སངས་  
བཟང་རྩོག་དཔལ་རྩོག་ལུང་མ་བསྐྱུང་  
གང་གི་སྤྱོགས་སུ་མ་ལྷུང་ཞིང་  
ཤེད་པའི་མཁའ་པོ་མེད་  
ཤེས་ཤིག་རང་རྩོགས་མ་ཤོར་ན་  
འདི་ལས་ལྷག་པ་གཞན་  
མ་དགོས་  
མཁས་བཙུན་བརྒྱ་དང་གྲུབ་ཐོབ་སྤྱོད་  
ལོ་བཅ་ཁྱིེད་མན་དག་འབུམ་  
བསྐྱུན་བཅོས་བྱེ་བ་ས་ཡ་དང་  
མཇལ་ཀྱང་ཐེ་ཆོམ་བཅད་མ་དགོས་  
ཞེས་སོ། །  
དེ་  
ལྷ་མ་ཁྱིེགས་ཆོད་ཀྱི་ལྷ་སྒྲོམ་སྤྱོད་པའི་ལམ་བྱིས་ཕྱམས་ལ་བརྟན་པ་ཐོབ་ནས།  
སྤྱོད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་རྩོག་ཆོགས་ཐམས་ཅད་ཤིག་པའི་རྩུལ་དང་ལོ་བཅ་པོ་སྤྱོད་  
ཆགས་པའི་སྐབས་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱང་ཁྱིེད་པར་གྱི་སྤྱོན་འགྲོ་ཞེས་པའི་དོན་ལན་  
གྲངས་སྤྱོད་ན་གཞན་ལས་ཁྱིེད་པར་འཕགས་པས་ན་རུ་ཤོན་སྤྱོན་དུ་འགྲོ་བས་ཐོད་  
ཀལ་ལ་འཇུག་ན་ལགས།

གང་ལྷ་མ་ཐུན་མོང་ཉན་རང་ནས་ཨ་རུ་ཡོ་གའི་བར་བསྐྱུབ་བྱ་རང་བྱུང་དོན་གྱི་ཡེ་  
ཤེས་མཐར་ཐུག་ཐུ་བཅ་ལས་འདས་པ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གོ་འཕང་། སྤྱུབ་བྱེད་རང་  
རང་གི་སྒྲུལ་པ་དང་འཆོམས་པའི་སྤྱང་སྤྱང་ཅི་ཤིགས་གསུངས་པ་ཕྱམས་སོ་སོ་ཤེས་

པར་བྱས་ཏེ་བསགས་སྤངས་ཐབས་ཟབ་མིས་ཟེན་ན་འབྲས་ལུ་ཤེས་རབ་ཆེ་ཆུང་གི་  
ཁྱད་པར་ལས་ཡུན་རིང་གྲང་མི་ངེས་ཀྱང་ཐོབ་པ་ནི་ཐེ་ཚོམ་མེད་དོ། །

འདིར་ས་ལམ་ཅིག་ཆོད་གཞན་ལས་འཕགས་པའི་ཐབས་ཟབ་མེད་ཁྱད་ཆོས་ནི།  
ལས་དང་པོ་པའི་དབང་དུ་སྒྲོག་གསུམ་གཙོ་ཆེ་ཆུང་བརྟགས་ཏེ། འཁོར་འདས་ཀྱི་བྱེད་  
པོ་སེམས་ཁོ་ན་ཡིན་ཚུལ་ཤེས་པའི་དུས་སམ། ཡང་ན་བྱུང་གནས་འགྲོ་གསུམ་མཁན་  
པོ་དང་བཅས་པ་རྩད་ཆོད་ནས། དེའི་ཐོགས་འདོན་པའི་ཆེད་དུ་སྒྲར་བརྒྱད་པའི་བྱག་  
སྒྲོལ་མ་ཉམས་པའི་དུས་ན་དེ་ལྟར་ལས། ཐ་མལ་པས་རྒྱ་མཚན་གང་ཡང་མི་ཤེས་  
བཞིན་རུ་ཤུན་བྱ་བ་ལ་འདུན་པའི་ཕན་ཡོན་རེ་ཡོད་ཐང་། དེ་བས་བོགས་བཏོན་བྱ་  
འདོན་རྒྱ་གང་ཡང་མེད་པས་རྩད་མོའམ་རྩད་སྟོད་ཅམ་ལས་རྒྱ་མཚན་ཆེར་མི་འདུག  
དེའི་ཕྱིར་རྫོགས་ཆེན་ཁྱད་པར་གྱི་བྲིད་པལ་ཆེར་མཐུན་པས་ཡོ་ཤེས་སྒྲོ་མའི་བཞེད་  
སྒྲོལ་ཡང་དེ་ལྟར་ལགས། གང་ལྟར་རང་གིས་ཐུན་མོང་ཐུན་མིན་ཁྱད་པར་གྱི་བྲིད་  
རང་གི་ལས་སྒྲལ་དང་མཐུན་པའི་ཉམས་སུ་ལེན་བྱ་གང་ཡིན་གྱི་རུ་ཤུན་སོགས་  
གཞན་ལ་འགྲམ་རྒྱུ་མི་ལྡང་བ་གལ་ཆེ། དོན་རྒྱ་ཞེས་པ་རྩད་ངམ་གཉིས་ཞེས་པའི་  
དོན་ཡིན་འདུག་པས། དེ་ལ་དགེ་སྤྲིག་གཉིས། བདེ་སྤྲིག་གཉིས། སྤང་སྤང་གཉིས།  
མཐོ་རིས་དང་ངན་སོང་། ཐེག་ཆེན་དང་ཐེག་དམན་སོགས། རེ་དོགས་བཟང་ངན་  
གྱི་བག་ཆགས་ཡུན་རིང་དུ་བརྟན་པའི་འབྲུལ་སྤྲང་ཐ་མལ་རང་ཁམ་དང་། ཤེས་  
བྱའི་ཀྱན་དཀྱིས་ཀྱི་སྒྲོ་དང་ཡིད་དཔྱོད་ཁོ་ནའི་རེ་དོགས་སྤང་སྤང་སོགས་ལུ་ཅག་  
འབྲུལ་པའི་ཐོག་མ་དང་། ཐ་མའི་མཐའ་མི་མདོན་པར་དཔྱལ་བ་ནས་སྤྲིད་རྩེའི་བར་  
བདེ་སྤྲིག་སྤེལ་མ་ཟོ་རྩེའི་འབྱུང་མོའམ།

ཤིང་རྟའི་འཕང་ལོ་ལྟར་འཁོར་ཁིང་སྤྲིག་བསྒྲལ་བར་མེད་ཟུག་གཟེར་རྒྱན་མི་འཆད་  
པའི་ནད་པ་ལྟ་བུ་སོ་སོའི་འབྲུལ་སྤྲང་ལ་དབང་མེད་དུ་སྟོད་པ་རྣམས་ཡང་དག་པའི་  
སྤང་བར་སྤྲར་བྱེད་ཆགས་སྤང་བར་མའི་སྒྲོ་སྤྲངས་པའི་ཐབས་ཐེག་ཆེན་ཀྱན་སྤྲང་  
ནས་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་པ་བསྐྱེད་རྫོགས་སོགས་ཐབས་ཚུལ་དུ་མ་བཞུགས་པ་ལས།  
འདི་ནི་ཐབས་མཁས་བརྟུལ་ཞུགས་ལ་བརྟེན་ནས་འོད་གསལ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་



ཁྱད་པར་གྱི་སྒྲོན་འགོ་རེ་དོགས་གཉིས་ཚོས་ཐམས་ཅད་ལའོར་འདས་གཉིས་མེད་  
 ཏུ་ལ་བསྐྱེད་པ་ལ་ཤན་ཅས་པའི་དོན་ཡིན་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱ་མཚན་ཤེས་པའི་རང་  
 བས་སྒྲོ་གསུམ་གཅིག་ཏུ་བྲིལ་ཏེ་སྒྲོད་པ་ལ་ཞུགས་ཆོ། ཁྱིད་མེས་རྒྱལ་མས་གསུངས་  
 པ་ལྟར་རིམ་ཅན་རེ་འཛོག་ཅན་མིན་པའི་འཛིག་རྟེན་ལའོར་བའི་བྱ་བ་ཚོས་བརྒྱད་  
 མོགས་ཐར་བ་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོའི་གོགས་སུ་གྱུར་པ་ཆོ་འདྲིའི་འཛིན་ཞེན་རེ་དོགས་  
 བཟང་རན་ཐམས་ཅན་སེམས་ཀྱི་བསྐྱངས་ཤིང་། ལུས་རྒྱལ་གི་རྣམ་འགྱུར་ཏ་ཅང་  
 ཐལ་དྲག་པའི་བག་མེད་ཅིང་སྒྲོད་ཐ་མལ་ཆགས་སྤང་གི་ཕྱོགས་སུ་མ་ཤོར་བ་དང་།  
 རང་གིས་ཅི་བྱས་མ་ཤེས་པའི་སྒྲུ་སྒྲོད་ཏུ་མ་སོང་བའི་སྒྲོ་ནས་འབད་ཚོལ་ཆེན་པོ་བྱེད་  
 སྐབས། དལ་དུབ་ཀྱི་ཆེན་གྱིས་གཟུང་འཛིན་འབྲུལ་པའི་ཡིད་དང་རྣམ་ཤེས་སྐབས་  
 རེར་འགགས་ཏེ།

སྒྲུ་བརྗོད་ལས་འདས་པའི་གཞི་མེད་ཅུ་བྲལ་སེམས་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ། ལྷང་ངེ། སལ་ལ།  
 ཡེར་རེ་བ་འབྱུང་ཡང་ཆེན་གྱིས་བྱས་པའི་ཉམས་ཡིན་པས་དེར་འཛིན་གྱི་སྒྲེམས་མ་  
 ཞུགས་པར། ཡང་ཡང་སྤངས་ཚོལ་ལ་གོམས་པས་བྱ་སྒྲོད་ཀྱི་སྐབས་སུ་འང་དེ་ལྟར་  
 ཡུན་རེ་རིང་རེ་རིང་། སྒྲོ་འབྱེད་ཡན་ཆད་ལ་དལ་དུབ་ཀྱི་ཆེན་ལ་མི་སྒྲོས་པར། རྒྱན་  
 ཏུ་དེ་རང་གནས་པའང་འབྱུང་། འབྱེད་ཐ་རྒྱལ་ལ་སྤྱར་དོ་སྒྲོད་ཀྱི་གཟེར་འདེབས་  
 སྒྲུ་བའི་སྒྲུ་གོན་ཅམ་ལས་མི་འོང་བའང་ཡོད། གང་ལྟར་དུས་གཅིག་ཞག་གངས་ཏ་  
 ཅང་མང་ཆེན་སྒྲུག་རུས་ཁོ་ནས་བྱས་པ་ལེ་ལོ་གསུམ་གང་རུང་གིས་བདུད་དབང་དུ་  
 འཛོར་ཉེན་ཡོད་པས།

ཡང་ནས་ཡང་དུ་དབེ་ལ་བརྟེན་པའི་ཉམས་དེ་རྒྱན་ཆགས་སུ་སོང་ནས། འཛིན་ཞེན་  
 ཀྱི་བདེ་གསལ་མི་རྟོག་པ་གང་ཤས་ཆེ་བ་དེར་འཛིན་གྱིས་ཁམས་གསུམ་དུ་ངེས་པར་  
 གོལ་བྱལ་པ་ད་དུས་གང་ཟག་བརྩོན་འགྲུས་ཞན་ཅིང་སྒྲིང་རུལ་བའི་དུས་འདིར་དཀའ་  
 ཡང་། ཕྱོགས་མཚུངས་ཅམ་ཉམས་ཞེན་དང་ངེས་ཤེས་ཀྱི་སྒྲིབ་པས་རང་མཐོང་ཅན་  
 ཏུ་འགྲོ་ཉེན་ཡོད་པ་སྒྲུ་མའི་ཞལ་ལ་གཏུགས་ཏེ་ཡང་ཡང་སྤུ་ཐག་ཆོད་པར་བྱ་དགོས།  
 དེས་ཆོས་ཉིད་ཡུལ་གྱི་འབྲུལ་གཞིར་སོང་བའི་སྤར་གྱི་བག་ཆགས་བྱང་ཞིང་། ཕྱིའི་



ཡུལ་ཅན་སེམས་ཀྱི་གཟུང་འཛིན་རགས་པ་བདེན་བདེན་མོ་སྤྲིང་འཕས་པ་ཐམས་  
 ཅད་རུ་ཤན་གྱིས་བྱ་སྒྲིད་འདི་དང་ཁྱད་མི་འདུག་སྐྱམས་པའི་ཆོའདིའི་བྱ་བ་དོན་མེད་  
 རྒྱལ་ཤེས་ཤིང་འདིར་སྤང་གི་འབྲུལ་རྟོག་པལ་ཆེར་མགོ་གཏོན། ཡོན་ཏན་ལོ་ལྷ་  
 མང་པོའི་སྐྱབ་ཡུས་འདྲེན་པའི་སྒྲོམ་དྲེད་པོ་མཁན་རྣམས་དང་། ཤེས་བྱ་ཁ་ལྟའི་ཆོག་  
 ལ་ཤོར་ནས་རང་མཐོང་ར་རྒྱལ་གྱིས་གང་མཐོང་གང་ཐོས་གཞན་ལ་འགྲུན་སེམས་  
 ཟུར་བུ་ཁྱད་གསོད་ཅན་རྣམས་དང་མི་འདྲ་བ་ནི་རང་རང་གིས་ཉམས་སྦྱང་ཁོ་ནའི་  
 རང་སེམས་ཚད་མས་གྲུབ་ཡོང་ངོ་། །

དེའི་ཕྱིར་སྤྲོ་མ་ཡང་ཏིག་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་ཤིན་ཏུ་སྒྲོས་མེད་དབང་གི་དངོས་  
 གཞིའི་སྤྲོ་གོན་དུ་འང་ལུས་རག་ཡིད་གསུམ་ཆོག་དྲིལ་དུ་བསྐྱུས་ཏེ། སྒྲོ་གསུམ་སྒྲོས་  
 རུང་མ་སྒྲོས་རུང་ལས་དང་སྐལ་བར་རག་ལས་པར་མཛད་དེ་སྒྲོ་གསུམ་གྱི་རུ་ཤན་  
 མི་འཆད་པའི་དོན་ཡང་དེ་ཡིན་པར་འདུག ཡེ་ཤེས་སྤྲོ་མ་སོགས་སྤྱུག་སྒོལ་འགའ་  
 ཞིག་ན་འཁོར་འདས་རུ་ཤན་ལ་སྤྱི་ཞེས་བཞག་སྟེ། ཅན་གྱི་རུ་ཤན་རིགས་དུག་ས་  
 པོན་བསྐྱེད་སྤྱད་གི་དུ་མིགས་བཞུས། སྒྲོ་གསུམ་ཞེས་ལུས་རག་སྤྱདས་པ་དང་སེམས་  
 ཀྱིས་བྱུང་གནས་འགྲོ་གསུམ་མཁན་པོ་བཅས་ཡོད་མེད་གྲུབ་མཐའ་གཞན་གྱི་ཕྱོགས་  
 སུ་ལྟང་མ་ལྟང་སོགས་རྩད་གང་ར་ཡང་ཡང་བཅད་པའི་ལུགས་འདི་ཤིན་ཏུ་ལེགས་མོད།  
 གང་ལྟར་ལུས་སེམས་གཅེས་འཛིན་གྱི་བག་ཆགས་གཟུང་འཛིན་རགས་པ་རྣམས་  
 མ་ཆོད་གྱི་བར་དུ་ལྟ་སྒྲོམ་སྒྲིད་པ་བཟང་རྒྱུ་མས་ཅི་ལྟར་ཡོད་ཀྱང་གཞི་རྩོགས་ལམ་  
 རྩོགས་འབྲས་རྩོགས་ཞེས་འབད་རྩོལ་ལས་འདས་པའི་བྱར་མེད་འོད་གསལ་རྩོགས་  
 པ་ཆེན་པོའི་ཁྱད་པར་གྱི་སྒྲོན་འགྲོའི་ཕྱོགས་སུ་མི་ཉེ། ཅིའི་ཕྱིར་ན་ཐུན་མོང་མཚན་  
 ཉིད་ཐེག་པས་ཆོགས་ལམ་རྒྱུད་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་ནས་བྱང་ཆོས་སོ་བདུན་ཐོས་བསམ་  
 སྒྲོམ་པས་གཏན་ལ་དབབ་དགོས་པ་དང་།

སྤྱུགས་ཕྱི་ནང་གི་རྒྱུད་སྟེ་དུག་གི་ལམ་ཉམས་སུ་ལེན་བྱ་གང་ཡིན་དག་རྩོགས་སྒྲིན་  
 གསུམ་གོམས་སྒྲོབས་ཀྱིས་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་མངོན་དུ་བྱ་དགོས་པའི་དོད་པོ་ཕྱི་  
 ཅན་གསང་བའི་རུ་ཤན་དང་། གོ་བ་ཅམ་མིན་པར་སྦྱང་ཐོག་ནས་ལ་བཞུ་བ་རང་

ལྷགས་མན་ངག་སྡེ་པའི་ཁྱད་ཆོས་སུ་འདུག་པས་ན། དེའི་ཕྱིར་ལུས་སྤྱད་གི་དོན་པོ་  
 ཡང་རེག་ཆོར་སོགས་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་བདག་རྟོག་གི་གཉིས་ཆོས་སྤྱད་ཕྱིར་ཡིན་ཚུལ་  
 ཤེས་པ་ལས་མི་དྲེད་ཀྱི་ལད་མོ་ལྟ་བུའམ། ཅུད་མོ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར་ཀྱན་སྒྲོང་བཟང་  
 བོའི་ལངས་འདུག་གཉིས་ཀའི་ཕྱག་སྒྲོལ་གང་ལྟར་ཡིན་རུང་། ཀྱང་བའི་སོར་ཅེ་  
 གཉིས་སར་བཅུག་དགོས་པའི་དོན་དེ་ཡིན་པར་འདུག་བཞེད་སྒྲོལ་གཞན་དག་ན་  
 ལངས་སྐབས་ཀྱང་བའི་ཕྱི་རྟེན་གཉིས་སྤྱད་དེ་ཀྱང་མཐིལ་གཉིས་སལ་ལ་ཕབ་སྒྲོལ་དང་།  
 འདུག་པའི་དུས་འཕྲོངས་སལ་ལ་ཕབ། ཀྱང་མཐིལ་སྤྱད་དེ་གསང་རྩར་གཏད་པ་སྒྲུལ་  
 སྒྲུའམ་མདོན་བྱང་གི་འདུག་སྐྱངས་སུ་བཞེད་པའང་ཡོད། གང་ལྟར་སྒྲོལ་ཆོས་ཀྱིས་  
 རང་མགོ་མི་བསྐྱོར་བར་ཉམས་ལ་གང་ཕན་བྱ་ཆོག་པ་ནི། ཨོ་ཁྱེན་བསྐྱོད་དང་བེ་མ་  
 ལས་གནང་བ་ལྟར་ཡིན་པས་ཐེ་ཆོམ་དང་ཕྱོགས་སྤྱད་མི་མཛད་པར་ལྷ། དག་སྤྱད་  
 ཕྱི་ནང་རྒྱས་འདེབས།

ཕྱི་ནང་རྒྱལ་སྤྱད། མཉེན་བཅུལ། ལམ་ཞུགས་རྒྱལ་སྤྱད་ཕྱི་སྐབས་རྩྭ་དཀར་པ་རིང་  
 རྒྱང་སོགས་བརྗོད་ཅིང་དམིགས་པ་དང་བཅས་པ་འདི་རྒྱུད་ཕྱིར་འཛིན་རང་ཤུགས་  
 ཀྱིས་འོང་བའི་ཐབས་ཁྱད་པར་ཅན་ཡིན་པས། དགོས་པ་ནི་ལུས་ཀྱི་སྤྱངས་པ་དེ་  
 དག་གི་བོགས་འདོན་འོད་གསལ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོར་ལ་བསྐྱེད་བའི་ཆེད། རེ་དོགས་  
 དེར་འཛིན་ཕྱ་མོ་བཅད་དེ་མཉམ་རྗེས་ཁོར་ཡུག་བཟང་རན་རྟོག་པས་མི་བསྐྱེད་ཅིང་།  
 ལུང་མ་བརྟན་གྱི་དབང་དུ་སྒྲུབ་ཅིག་ཀྱང་མི་འགྲོ་བའི་དགོངས་པ་ཡིན་པ་ཤེས་པར་  
 བྱའོ། །

སེམས་སྤྱངས་ཡང་མ་མ་རྟོགས་ཟེན་ཀྱང་རྩད་ཡང་གཙོད་བྱས་ན་གིན་རྒྱལ་གསལ་པ་  
 ལས་སྒྱུན་མེད་པའི་བོགས་འདོན་དུ་རིག་པར་གྱིས་ཤིག་ རྒྱང་གནས་འགྲོ་གསུམ་  
 ཅུད་བཅད་དེ་སྒྲེ་འགག་འགྲོ་འོང་མེད་པར་ཐག་ཆོད་ཆོ། རྣལ་ཕབ་ནི། སྒོ་གསུམ་  
 བྱ་བ་དགུ་ཕྱགས་སུ་བཞག་ནས་གུ་ཡངས་སྒོ་བདེར་སྡོད་ཆོག་པའི་དོན་ཡིན་པས།  
 ཡིན་ཚུལ་མི་ཤེས་པའི་བག་མེད་སོས་དལ་དུ་འདུག་པའམ། ཡང་ན་ཞེན་འཛིན་  
 བསྐྱེད་སྒྲོལ་ལ་འབད་པའམ། ཡང་ན་དགོ་བའི་ཆོས་སྤྱད་དོར་ཞིང་། མི་དགོ་སྤིག་

པའི་རྒྱ་དྲག་ལྷ་དྲག་གསུམ་གྱི་འབྲུལ་པ་རྒྱན་འབྲུམས་སུ་མི་བཏང་བ་གནད་ཆེའོ། །  
 མོར་གཞུག་ནི་གོང་མའི་བོགས་འདོན་ཕྱིར་དེར་འཛིན་ཞེན་པའི་སྒྲུམས་སྒྲ་མོ་ཡོད་  
 པ་ནམས་ལུས་ཀྱི་ནམ་འབྱུར་དང་། དག་གི་སྒྲ་སྒྲད་བྱུང་རྒྱལ་ཏ་ཏ་དང་རུ་ལུའི་གད་  
 རྒྱངས་སྒྲོགས་པས་སྒྲོ་བྲལ་རྫོགས་ཆེན་གྱི་དབྱིངས་སུ་ལ་བསྐྱེད་པའི་དགོས་ཆེད་ཆེ་  
 བས། རྒྱལ་སྒྲད་ཙམ་གྱིས་ཁྱིད་རྫོགས་པ་ཡིན་ཞེས་རང་གཞན་མགོ་སྒྲོར་གྱི་ལས་  
 སུ་མི་འགོ་བའི་གདམས་དག་ཡིད་ཆེས་སྒྲོ་སེམས་དང་ལྷན་པས་ཡང་ཡང་བརྩོན་པ་  
 གལ་ཆེ་བས་ཕྱི་རབས་ནམས་ཀྱི་ཐུགས་ལ་བཏགས་པར་ལྟ།

དེ་ལྟར་ཕྱིར་ཁྱིད་ཆུལ་གཉིས་ལ་སྒྲོན་འགོ་ཞེས་རུ་གན་འདི་གལ་ཆེ།  
 རྒྱད་པར་ཐོད་རྒྱལ་བྱ་བ་དགུ་ཐུགས་སྒྲོམ་སྒྲོབས་དང་མཐུན་པར་རང་ཐུགས་ཀྱིས་  
 མ་སོང་བར་ལྷ་སྒྲོགས་སུ་སྒྲོམ་སྒྲོད་གཉིས་ཤོར་ན་བདག་ལྷ་རུ་གོལ་ཉེན་ཡོད་པས།  
 དེའི་ཕྱིར་ལྷ་བ་ལུང་རིགས་དང་མཐུན་པ། སྒྲོམ་པ་ཉམས་སྒྲོང་དང་མཐུན་པ། སྒྲོད་  
 པ་དུས་ཆོད་དང་མཐུན་པ་གལ་ཆེ་བ་ཡིན་པས་གནད་ཀྱི་ཆིངས་སུ་ཤེས་པར་གྱིས་  
 ཤིག་ འོད་ཐུང་ནས་འཕོ་ཆེན་གྱི་གོ་འཕང་མན་ཆད་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་གསང་ལམ་  
 རྒྱད་པར་ཅན་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་སྒྲལ་བཟང་དག་གིས་རུ་གན་ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་  
 སྒྲོན་དུ་འགོ་དགོས་སོ། །

དེ་ནས་ཡང་གསང་སྒྲོན་མེད་པ་མན་དག་སྒྲིང་ཐིག་ཅེས་པའི་དོན་ལྷན་གྲུབ་ཐོད་རྒྱལ་  
 ཡིན་པས་ན། རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་རྒྱུད་ཕྱི་མ་ལས། གསུམ་པ་འོད་གསལ་མན་དག་  
 ལྷེ་ གནད་ཀྱི་ཡང་ཟབ་ཐིག་ལའི་སྒྲིར་ དཔལ་པའི་ཐིག་ལས་གཅེས་པ་ལྷེ་ སྒྲིང་  
 གི་ཁྱེད་ལས་པངས་པའི་དོན་ ཅི་ཕྱིར་སྒྲོ་ཡིས་བྱས་པའི་ཆོས་ ཐིག་བརྒྱད་ཆོག་གི་  
 གྲུབ་མཐའ་དང་ རྟོག་པས་བཏག་པའི་སྒྲོང་པ་ཉིད་ རྩོལ་བས་གཙུག་པའི་ཤེས་  
 ཉམས་ལ་ གནས་ལུགས་ཡིན་དུ་མི་རེ་བར་ ཁྱིད་ཆུལ་གྱི་དུ་གྱུར་པ་ལས་  
 བྱང་དུ་སྒྲོང་པའི་ཉམས་ཤར་བས་ ཕྱི་རུ་གསལ་བའི་ཡེ་ཤེས་ནི་ སྒྲིང་ནས་ཐིག་  
 ཏུ་འབྲལ་བ་ཡི་ རང་བྱུང་གསང་བ་ཆེན་པོའི་རྩ་ ཀའི་ཤེས་གྱི་སྒྲུ་གུ་ཅན་ དར་  
 དཀར་སྒྲལ་མ་ལྷ་ལུའི་ལམ་ བརྒྱད་དེ་དབང་པོའི་མངོན་སུམ་བར་ ལྷག་མཐོང་



རྟོ་རྩེ་ལུ་གྲུ་རྒྱུད་མུ་ཉིག་བསྟར་ལ་བརྒྱས་པ་ལྟར་གསལ་འཆོར་དྲངས་སྟྭགས་  
 བྱེད་པར་འཆར་འདི་ནི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོའི་ལམ་ཡིན་  
 པས་མཐོང་ཞིང་གནད་ལ་སྟུམ་ཐེབས་པ་ཁམས་གསུམ་ལྟོག་པ་མ་ཡིན་ནོ་དེ་  
 བྱིར་ལྟག་མཐོང་རིག་པ་དེ་སྟུ་གསུམ་བཞུགས་སྟངས་གཞིགས་སྟངས་དང་སྟོ་  
 ལུལ་རྒྱུད་གི་གནད་བསྟན་ཏེ་སྟོན་མ་རྣམ་བཞིར་གཙུག་པ་ལས་ནང་དབྱིངས་  
 རྣམ་དག་སྟོན་མའི་གྲོང་རིག་པ་བཙུན་དུ་སྟོན་པ་ལས་བྱེད་སྟུར་འཆར་བ་ཉམས་  
 བོང་འཕེལ་རིགས་ལཱའི་ཆོས་ལྷན་ཚད་ཐེབས་ཉམས་དེ་ཡང་སྟངས་དང་མི་སྟངས་གི་  
 འཛིན་པའི་ཆོས་ཉིད་ལས་འདས་གིང་རྟགས་པའི་ལུས་དང་དབང་པོའི་ལུས་  
 ཐམས་ཅད་དབྱིངས་སུ་དག་པ་ལས་ཆོས་ཉིད་ཟད་ཅེས་ངམས་བཤད་ཡིད་དཔྱོད་  
 ཐེག་པའི་སྟུ་གསུམ་གྱི་འབྲས་སྟངས་འདི་ཡི་ལམ་སྟངས་དུ་སྐད་ཅིག་ཙམ་ལ་རྩལ་  
 རྟོགས་པས་སྟངས་ཆེན་གཞོན་ནུ་བུམ་པའི་སྟུ་ནང་གསལ་ཐིམ་ལ་མ་སྟུག་པའི་  
 དབྱིངས་སུ་མཐོན་པར་སངས་རྒྱས་ཆོ་སྟངས་རྟོགས་མཐའ་དུ་བྱིན་པའོ་  
 ཞེས་རྟོ་རྩེའི་ཆོག་གིས་མདོར་བསྟུན་ཏེ་བསྟན་པའི་ཡང་གསང་སྟུ་ན་མེད་པ་སྟིང་  
 ཁྲག་གི་དྲངས་མ་ལྟ་བུར་གྲགས་པའི་དོན། གཞི་བདེ་གཤེགས་སྟིང་པོ་མཐོང་བྱེད་  
 མིག་གི་དབང་པོ་ལ་བརྟེན་པའི་རྟོ་རྩེའི་མིག་གིས་མཐོན་སུམ་ཐབས་ལ་བརྟེན་ཏེ།  
 བོ་བ་དང་ཡིད་དཔྱོད་མིན་པར་ལྟག་གར་མཐོང་བ་རྟོ་རྩེའི་ལུ་གྲུ་རྒྱུད་རྟེན་བརྟེན་པ་  
 དང་བཅས་པའི་གདམ་པ་བསྟན་པ་ལ་ནི་དང་པོ། ཉི་མ་སྟངས་ཉི་འོད་གསལ་པའི་  
 དུས། ཐོག་མར་སྟུལ་སྟུལ་འདུག་སྟངས་བྱེད་བཙུག་ཅིང་བལྟ་ཚུལ་ལ་བསྟུབ་སྟེ་  
 ཞག་ཤས་གོམས་སུ་བཙུག་པས། སྟངས་པའི་ཤར་ཆ་རྣམས་ཁ་ཆང་མཐོང་ཆོ། སྟར་  
 འཆར་གཞི་ལུལ། འཆར་བྱེད་སྟོ།  
 རིག་པ་ཐེམས་ཀྱི་གནད། སྟོན་མ་རྣམས་པོ་རྟེན་བརྟེན་པའི་ཚུལ་དུ་ཡོད་པ་སོགས་  
 དབྱིངས་རིག་དབྱེར་མེད་ཀྱི་རྟོ་རྩེའི་ཐེབས་པར་སྟེད། འོད་རྩ་དྲངས་བྱེད་དང་།  
 པས་མ་གཏན་གྱི་གོལ་ས་སྟངས་བྱེད། ལུག་རྒྱུད་བརྟེན་བྱེད་སོགས་ཡང་གསང་གཤེག་  
 སྟུམ་རྣམས་སྟོད་ལྟན་ཆོ་གཅིག་སྟུབ་པ་ལ་གཞོལ་ངེས་རྣམས་ལ་རིམ་ཅན་དུ་བསྟན་

པར་བྱའོ། །དེ་ནས་སྒྲུལ་སྒྲུབ་དྲུང་སྤོང་ཅོག་ཤུའི་འདུག་སྐྱེད་ས་ལུས་སེམས་ཏ་ཅང་མི་  
སྒྲིམ་པར་ལྟོད་ཆགས་པར་བྱས་ཏེ། ལྟ་སྐྱེད་ས་ཤུར་དུ་ཕབས་ནས་བལྟས་པས་ཅུང་  
གོམས་ཤིང་སྒྲུང་བ་རྒྱུ་མས་ཁ་ཆང་འཆར་དུས་ཐོ་རངས་ཆོས་སྒྲུ་སྒྲིའི་འདུག་སྐྱེད་ས་  
ལ་གསོར་གཉིས་བསྒྲོངས་ཏེ། ཡོང་མོ་གཉིས་ཀྱི་ཐད་ནང་དུ་སར་བཅུགས་པའི་  
བཞེད་སྒོལ་ལྟར་བྱས་ཏེ། ལུས་ཅུང་ཟད་བསྒྲིམ་ཞིང་ཁ་ནས་རྒྱུང་རོ་དབྱེད་ས་ཤུབ་  
པའི་ཏ་སྒྲུ་གསུམ་དང་བཅས། གཟིགས་སྐྱེད་ས་མིག་གྲུ་དུ་ལྟོག་སྒྲེ་ཀ་དག་གི་རང་  
དུ་ {ལམ་ཁྱེར་ཐོགས་འདོན་སྒྲུ་མའི་ཞལ་ཤེས་དགོས། མཆན།} བཞག་ ཉིན་པར་སྐབས་  
སྐབས་གོང་གི་འདུག་སྐྱེད་ས་ལྟོད་ཆགས་པར་བྱས་ནས་ཉི་མ་ལ་རྒྱབ་བསྐྱེད་ཏེ། བམ་  
མཁའ་དྲངས་པའི་དུས་མིག་ཅུང་ཙམ་ཟིམ་སྤུའི་ནམ་མཁའི་དཀྱིལ་དུ་ཡུན་རིང་བལྟས་  
ཆོ།

དང་པོ་སྒྲུ་ཅོག་ཅོག་པ་དང་། དེ་ནས་དབྱིངས་ཀྱི་གདངས་ད་ལྟ་ཕལ་ཆེར་གྱིས་ལྟག་  
རྒྱུད་ཁོ་ནར་ངོས་འཛིན་སྒོལ་ཡོད་པའི་ལྟག་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱུའམ་དབྱིངས་ཀྱི་གདངས་དེ་  
ཉིད་སྒོས་རྒྱ་ལྟ་བུའམ། འབྲུ་འབྲེག་དང་རྒྱ་མཆོའི་གཉེར་མ་ལྟ་བུའོང་། ཅི་ཞིག་ན་  
ནམ་མཁའ་ལྟ་བུར་ས་པ་དེ་སྤྱིན་གསལ་ལང་ཡོང་ལྟ་བུ་བན་བན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་སྐྱེད་  
ཡོང་པས་དེའི་རང་ཡུན་རིང་པོར་བལྟས་ཆོ། ཅི་ཞིག་ན་སྤྱི་དབྱིངས་མཐིང་ག་ཁྲབ་པ་  
ཆེན་པོ་ཞེས། བམ་མཁའ་ལྟ་བུར་ས་པའི་མདོག་འདི་མིན་པའི་མཐིང་ག་བརྗོད་མེད་ཞིག་  
འཆར་འོང་བ་ནི་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་གྱུ་བ་ཀྱི་རོ་པོ་མཐིང་བཡིན། ཐོད་ཀྣལ་རིང་རྒྱུ་བ་  
བྱེད་འདོད་ན་དེ་ཁོ་ན་གཙོར་དགོས་པར་གསུངས། སྐབས་སྤྱི་བབ་ {ད་ལྟ་མི་རྒྱུ་མཆོ་  
ཐུང་ཞིང་སྤྱིང་རུས་ཞན་པས་ཐོད་ཀྣལ་རིང་རྒྱུ་བ་རྟོགས་དག་ལ། ཆ་དྲག་གིས་རྒྱུ་བ་འདོད་ཐོག་མཐའ་  
ཀྱན་ཏུ་རྟེན་བཞུ་ལ་བརྟེན་ནས་བརྒྱུ་བ་པ་འདི་འབྲུའི་སྒྲུ་ཡང་སྤྱིང་བཞུ་མཆོན་ཉིད་པ་ཡིན་པའི་ངེས་  
པ་མེད། མཆན།} པའི་ཁྱིད་ལྟགས་འདི་ལའང་དེ་ལྟར་ཉམས་སྒྲུབ་སྤངས་ན།

དབྱིངས་རིག་ཟུང་འཇུག་ལ་གདིང་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་མན་རག་ཁྱད་པར་ཅན་ཡིན་པར་  
འདུག་ ཉི་མ་སྒྲུ་དགོང་གཉིས་ཀྱི་གྲིབ་སོ་ཤར་རུབ་ཀྱི་རི་ལ་གྲག་ཆོ་ཡོངས་སྒྲུ་གྲང་  
པོ་ཆེའི་འདུག་སྐྱེད་ས་བྱས་ཏེ། གཟིགས་སྐྱེད་ས་མིག་གཡས་གཡོན་དུ་བལྟ་ཞིང་སྐྱེད་

བཤིད་པ་དང་། ཐད་སོར་ཁྲིད་པ་དང་། ཟུར་དུ་ཁྲིད་ལ་ཡུན་རིང་དུ་བལྟ། སྐྱལ་སྐྱེ་  
དང་མངོན་བྱང་གི་བཞུགས་སྐྱེད་ས་ཀྱིས། གཟིགས་སྐྱེད་ས་དེ་ལྟར་ཁྲིད་ལུགས་སྐྱེ་མ་  
དང་མཚུངས་པར་བྱ། སྐབས་སྐབས་ཉི་འོད་ལ་བརྟེན་ནས་འོད་སྐྱེད་གི་ཁ་དོག་གས་  
གང་ཆེ་གཡས་གཡོན་སྐྱེད་འོག་དུ་ཁྲིད་དགོས་ཚུལ་རྣམས། ཞེན་འཛིན་གྱི་རྟོགས་  
མེད་ངེས་ཡིན་ན་མ་གཏོགས་ཏེ་ཅང་འཐས་ན་ཤེས་པ་སྐྱེད་ཐོག་དུ་ཤོར་བའི་གོགས་  
འབྱུང་ཉན་ཆེ་བས། འཛིན་ཞེན་སྤང་བ་གནད་གལ་ཆེ་བ་ནི་ཐོག་མཐའ་ཀྱན་ལ་  
ཁྱད་མེད་དོ། །

ཉིན་པར་ཉི་མའི་རྒྱུན་གྱིས་མིག་གི་ཆ་བ་སེལ་བ་དང་། གོམས་པའི་ཆད་འཛིན་སོགས་  
ལ་གནད་ཆེ་བས། ལྷ་བ་ཉ་གང་བའི་དུས་སམ་ཆེས་བརྒྱད་ཡན་ཆད་གྱི་ལྷ་བའི་  
དགྱིལ་ལའོར་ལ་མི་ཅེར་རེ་ལྷ་གཟུགས་གཉིས་གསུམ་དུ་སོང་བའི་སྤང་བ་མ་ཤར་  
བར་བཞག་ན་འོད་རྩ་བཟང་བ་རེ་བྱང་མ་གཏོགས། དང་པོ་ནས་སྤང་བ་འཆར་  
དཀའ་ཡང་། གོམས་ན་རིམ་པར་ལུག་རྒྱུད་དང་ཐིག་ཐུན་འལ་འལ་མཐོང་ཆོ་མིག་  
ཏེ་ཅང་མི་ཟུམ་པར་བལྟས་ན་ཐིག་ལེ་དབྱིངས་སོགས་རིམ་གྱིས་རེ་མངོན་རེ་མངོན་  
དུ་འོང་། དེ་སྐབས་མར་མེ་སྤོང་བྱ་དང་། མར་ཁྱལ་ཆོད་ངེས་སོགས་ལེགས་པར་བྱས་  
པའི་མེ་ལྷེ་དྲངས་ཤིང་གསལ་བ་ལ་དང་པོ་མིག་གཉིས་ཀ་ཤིན་དུ་ཟུམ་པས་མེ་ལྷེ་ལ་  
གཏད་དེ་སྤྱང་ཆོ་རྩ་བཟང་བ་རྣམས་ལ་དང་པོ་འཇམ། མིན་ཀྱང་གོམས་ཤུགས་གྱིས་  
དབྱིངས་ཐིག་ལུག་རྒྱུད་གྱི་སྤང་བས་མེ་ལྷེ་དངོས་མི་མཐོང་བའང་ཡོད་ལས། དེ་ལ་  
ཡུན་རིང་དུ་བལྟ་བ་ཁོ་ནས་ཆོག་ མིན་ཆོ་གཡས་ཐྱོགས་སུ་དལ་དུས་ཁྲིད་སྐབས་  
མིག་གཡོན་ན་རང་ཤུགས་གྱིས་བཙུམ་འོང་བས་དེ་ལྟར་དུ་བལྟ། མིག་གཡས་  
གཡོན་གྱི་རྩའི་ཁྱད་པར་གྱིས་ལུག་རྒྱུད་མཐོང་ཡང་དབྱིངས་དང་སྤོང་སྤོན་ཅི་བཞིན་  
མི་གསལ་བ་དང་།

དབྱིངས་དང་སྤོང་སྤོན་མཐོང་ཡང་ལུག་རྒྱུད་རི་བཞིན་མི་གསལ་བ་ཡོད་དེ། སྐབས་  
སྐབས་གཡས་གཡོན་གོ་ལྟོག་སྟེ་བལྟ་ཚུལ་གཅིག་པས་ངལ་དུ་བ་མེད་པས་སྒྲིམ་ལྟོད་  
སྟེལ་མས་ཡང་ཡང་སྤྱང་ཞིང་གོམས་ན། དབང་པོ་སྟོ་ལྟའི་སྐབས་ལས་ཐོན་པའི་སྤྱང་

ལྷས་ {སྒྲམ་འཛིན་ལས་ཤེས་དགོས། མཆན།} ཅམ་སྐྱབས་རེར་འོང་ཞིང་སྐྱབས་རེར་མེད་  
 པ་ནི་འགྱུར་བ་ཅན་གྱི་ཉམས་ཡིན་པས། དེ་སྐྱབས་རེ་དོགས་ཡིན་མིན་གྱི་ཁུ་ཕྱིག་  
 ལྷ་ཚོགས་སྤྲེགས་ཆེད་བརྟན་པ་ཐོབ་མ་ཐོབ་ཀྱིས་འོང་མི་འོང་ཡོད་དེ། གང་ལྟར་ཅི་  
 མཛད་བྱེད་ཤེས་གྱི་སྒྲམ་བྱན་པའི་མོས་གྲུས་དང་། ལྷ་བར་གང་གར་བཟང་རན་  
 རོ་སྒྲམས་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ།

འདི་སྐྱབས་སྒྲུབ་སྒྲོན་ཐོད་ཀྱི་མན་དག་ཅི་བཞེན་པས་མ་ཟེན་པ་དང་། གཞན་སྒྲུ་  
 འོད་ཟེར་གསུམ་ཤེས་རབ་ཆེན་པོ་འཇམ་མན་དག་གི་རྩིས་མ་ཟེན་པས་ཡུན་རིང་སྤྱདས་  
 པ་དག་གིས་སྒྲུར་གྱི་བག་ཆགས་བསྐྱངས་ཏེ་ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་། ཆད་ཕེབས་  
 གྱི་དུས་སུ་འབྱུང་བའི་སྒྲུ་དང་ཡིག་འབྲུ་སོགས་གཞུང་ན་བཤད་པ་ལྟར་དང་པོ་ནས་  
 འབྱུང་བ་ཡོད་དེ། དེའང་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་མི་ངེས་མེད་ཀྱང་ཕལ་ཆེར་ནི་ཤེས་པ་  
 མཐར་འགྱུར་གྱི་ཉམས་ཡིན་པས། དེ་རང་སྒྲོབས་གྱི་མི་ཆོད་ངེས་པས་བརྟན་ལྡན་  
 གྱི་སྒྲམ་འཛིན་མན་དག་ལྟར་གཅོད་བྱེད་དམིགས་པ་ཁོ་ན་ལ་བརྟེན་པའི་ཐབས་ཤིན་ཏུ་  
 གསང་ཞིང་ཡང་གསང་དུ་གཤམ་པ་རྒྱུ་ལ་མ་བརྟེན་ན། རྒྱང་གདངས་སྤོང་གཟུགས་  
 ཅམ་ལས་རིག་གདངས་མཐོང་གོལ་ལྟན་གྲུབ་སྒྲུང་ཉམས་གྱི་ཕྱོགས་སུ་མི་ཉེ་ཞིང་།  
 གནས་སྐྱབས་སུ་འཕེལ་འགྲིབ་འགྱུར་བ་ཅན་ཞེན་འཛིན་གྱི་དབང་དུ་ཤོར་ན་འདོད་  
 གཟུགས་གཉིས་ལས་གཟུགས་ཁམས་གྱི་གོལ་སར་ཤོར་ངེས་པས་ན་གནད་གལ་པོ་  
 ཆེ་འདིར་ཡོད། རབ་དང་ཡང་རབ་རྒྱམས་ནི་མ་གཏོགས་སོ། །

འབྲིང་མན་ཆད་སྒྲུང་བ་ཡུལ་གྱི་སྒྲོ་ཅན་ནམ་རིམ་གྱིས་པའི་གང་ཟག་གིས་དང་པོ་ནི་  
 ལྷ་དང་མར་མེ། ཞར་བྱུང་ཚུལ་ནི་ཟེར་ཕོག་པ་སོགས་རྟེན་བྱས་ཏེ་སྤྱདས། ཁང་  
 པའི་སྐར་ཁུང་ལྟ་བུའི་མཐོང་བྱེད་པུའུ་བྱེན་པུར་དུ་ཡོད་པའི་ {སྒྲུ་གཅིག་གམ་གཉིས་  
 ལས་མི་ཆེ་བ། མཆན།} འོད་དམ། ལུ་ག་ཆེ་རྒྱུང་རན་ཆོད་གྱི་འོད་གང་རུང་ལ། དང་པོ་  
 མིག་ཤིན་ཏུ་ཟིམ་བྱས་སེང་དཀར་ཁོ་ན་ལ་མར་མེ་དུས་ལྟར་བལྟས་ཆོད་བྱིངས་ལང་  
 ཡོང་སྒྲུ་བྱུན་པ་རེ་གར་ནས་རིམ་པར་ལུག་རྒྱུད་པུའུ་མཛོན་ཅམ་མི་མཛོན་ཅམ་མཐོང་།  
 དེའི་རང་བསྐྱངས་ཏེ་བསྒྲོམས་པས་སྤོང་སྤོན་ཀྱང་ནག་ཐིག་གམ། སྤོ་ཐིག་ཅམ་





ལས་རིམ་པར་གར་ཆ་རྒྱུ་གསལ་དབྱིངས་རྒྱུ་ཆེ་ཆེར་འགྲོ་བའི་དུས་ཀྱང་སྐལ་བཟང་ཐོབ་  
 པའི་སྒྲོ་སེམས་གྱིས་ཀུན་ནས་བསྐྱར་བའི་བརྩོན་འགྲུས་ཞེན་མེད་འཛིན་མེད་གྱི་ངང་  
 དུ། ཉམ་ལངས་ནས་དགོང་མོ་བར་སྐབས་སྐབས་ངལ་བའོ་བ་ཁྲིགས་ཆོད་མཐའ་  
 གཉིས་བསལ་བྱེད་མན་དག་གྲོང་དུག་སོགས་ལམ་ཁྱེད་དང་བཅས། ཡེངས་མེད་  
 སྒོམ་མེད་ཞེན་འཛིན་མེད་པར་དབྱིངས་རིག་དབྱེར་མེད་ལས་བལྟ་བུ་ལྟ་བྱེད་བལྟ་  
 ཡུལ་ཐ་དད་མེད་པའི་ངང་ནས་གིམ་སྒོད་སྒྲེལ་བས་ཉམས་སྒྲུབ་ཆེ་ཐོག་ལ་སྒྲོང་  
 སྒོན་སྒྲུང་ཉམས་དངོས་ཐོག་མར་གར་བ་དེའི་གཙོས་སྒྲོང་སྒོན་པལ་ཆེར་འོད་ལཱི་  
 ལྷ་ཁྱེད་རིམ་གྱིས་རྒྱུ་གསལ་རྒྱུ་འཁྱོལ་བྱེད་ལྷ་ཁྱེད་དཀར་པོ་ལྷ་བ་གྱི་  
 བ་ཁྱེད་ལྟ་བུ་འཕམ། སྒོན་བུའི་བ་རྒྱ་ལྟ་བུ་རྒྱུ་མེད་ཁྱེད་ཞེན་ཐོག་ལ་སྒྲོང་སྒོན་གྱི་  
 དུག་ལྟ་བུ་ལྷ་ཁྱེད་ལ་བཞུགས་ལྟ་བུའི་སྒྲུང་བ་མཐོང་སྐབས། རིག་པ་སེམས་གྱི་འབྲུལ་  
 གཞིར་སྒྲོང་བའི་གདངས།

འབྲས་མིང་རྒྱ་ལ་ཆགས་པ་ཞེས་པའི་དོན་དབྱིངས་གྱི་གདངས་དང་མཐོར་བའི་ལུག་  
 རྒྱུད་ཉོན་མོངས་པའི་རྒྱུད་ཅི་ཅམ་དག་པ་དེ་ཅམ་གྱིས་འགྲོ་འོང་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་  
 སྒྲོང་སྒྲོན། རྒྱུད་རྒྱམས་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་གསེར་དུལ་གྱི་རྒྱུད་པ་ལྟ་བུ་རྒྱུ་རྒྱུ་  
 ཐར་ཐར་བ་དང་ཡང་ཐར་མཛོན་མི་མཛོན་མང་པོ་དང་། ཐོག་ཐོན་དཀར་འཆེར་དུ་མ་  
 འཐོར་བ་དང་སྒྲུངས་པ་མ་ངེས་པ་ནས། དུ་བ་དང་དུ་ཐྱེད་འབྲུང་འབྲུལ་གྱི་རྒྱམ་པ་  
 དུ་མས་པལ་ཆེར་བྱིམ་དང་བདག་པོའི་ཚུལ་གསུངས་པའི་སྒྲོང་སྒོན་ལ་འབྲི་བ་གས་  
 ཆེ་བ་སོགས་འགྲུར་དུས་པལ་ཆེར་ལ་སྒྲོང་སྒོན་དང་དབྱིངས་གྱི་རྒྱུ་པོས་སྒྲུབ་པ་དོག་  
 མཛོན་ཅམ་མི་མཛོན་ཅམ་གྱི་བུམ་པའི་ཁ་རྒྱུན་གྱི་གཤེད་དབྱིངས་ལྟ་བུ་མང་པོ་མཐོང་  
 དུས། འབྲས་བུ་རྩོད་རྩུག་རྒྱུད་ཅེས་པ་མཐོང་ལ་ཉེ་བ་ཡིན་ཏེ། ལ་ལར་སྐབས་  
 སྐབས་ཉམས་ཅམ་ལས་མི་འོང་བའང་ཡོད།

གང་ལྟར་སྒྲུང་བ་དགའ་བདེའི་ཉམས་ཞེས་དང་པོ་དགའ་སྒྲུག་སྒྲེལ་བའི་ཚུལ་བྱུང་  
 དུས་ཡེ་ཤེས་དང་ཉོན་རྒྱུད་གི་ཐ་སྒྲོན། རིག་པ་དང་མ་རིག་པ་འཐོར་འདས་རྒྱུ་བ་  
 གྱུས་པ་ལ་ཉེ་བ་ཡིན་ཏེ། གང་ལ་ཆགས་སྒྲུང་ཞེན་འཛིན་མེད་པས་རིམ་པར་ཉམས་

ལེན་ལ་འབད་ན་རྒྱུན་ཆེར་དང་མ་འཕྲད་ཆོ་སྒོ་བདེ་གྲུ་ཡངས་རྟག་ཏུ་འབྱུང་ཡང་ལམ་  
རྟགས་སུ་རྫོམ་པ་དང་། ཞེན་འཛིན་གྱི་སྒྲེམས་མེད་པ་ཤིན་ཏུ་གཤམ་ཆེ། སྒྲེམ་མེ་  
གདམས་དག་མོས་གྲུས་ཀྱི་དྲན་པ་བྱུང་དུ་འཇུག་པའི་ཉམས་ལེན་གནད་ཆེ་བའི་དུས་  
སོ། །

ཡང་ན་སྒྲེས་ཁུའི་འདུག་སྐདས་ཞེས། ཁ་སྐབས་དང་གན་རྒྱལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་  
ལུས་རྒྱུ་ལག་བཅས་བརྒྱུད་ཏེ་ཁ་སྐབས་ཏུ་མན་མཁལ་ས་ལ་བཅུག་སྟེ། མགོ་ཅུང་  
ཟད་དཀྲོས་ཏེ་མིག་ཟིམ་བྱས་ཉི་མའི་འོད་རིམ་པར་སྒྲ་དགོང་གི་རིའི་གྲིབ་མར་བྲིད་  
རྒྱལ་གོང་དང་འདྲ། གཉིས་པ་འཆི་བའི་དུས་བར་དོ་དང་པོ་དང་གཉིས་པའི་ལམ་  
ཁྱེར་ནམ་མཁའ་དྲངས་པའི་སྐབས། དང་པོ་སྒྲིལ་གྲུང་གིས་འདུག་ཅིང་ཤེས་པའི་  
དང་བརྒྱུད་ས་བཞེན་རྒྱུ་ལག་རྒྱུ་མས་ཤད་གྱིས་བརྒྱུད་ཏེ་ལུས་གན་རྒྱལ་གྱི་རོ་སྟོད་  
སར་ཐོག་དུས། ཁ་ནས་ཏ་སྒྲུ་རིང་པོ་དང་བཅས་རྒྱུང་ཕྱིར་འཛིན་དང་། བམ་མཁའ་  
དྲངས་པ་དང་། ཤེས་རིག་དབྱེར་མེད་དུ་ཡུན་རིང་མིག་མི་འགྲལ་བར་གཏད་ཆོ།  
ཕྱིའི་ནམ་མཁའ་དང་ཤེས་པ་འདྲེས་པའི་ཉམས་ཤར་ཡོང་། དང་ནམ་ཞིག་འཆི་བའི་  
སྐབས་སྐྱེད་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་ནས་ཉེར་ཐོབ་འོད་གསལ་ལ་ཐིམ་པའི་སྐད་ཅིག་མ་  
དེར་བར་དོ་དང་པོ་འཆི་སྟོད་ཆོས་སྐུའི་འོད་གསལ་ཞེས་པ་འདི་ལྟ་བུ་ལས་གཞན་  
མེད་པས་དེ་དུས་དོ་ཤེས་དགོས་སྟམ་པས་ཐག་བཅད་དེ། དེའི་དང་ཡུན་རིང་ཐུང་  
སྐབས་བརྒྱན་བཞག་ལ། དེ་ནས་ལག་པའི་སོར་མོ་བརྒྱ་དུ་མིག་ལྟ་བུ་འོད་བར་བྱས་  
ནས་མིག་ལ་མ་རེག་པས་བཀའ་སྟེ། ཉི་འོད་མིག་ལ་ཐོག་པ་ལག་མཐིལ་དུ་བྲིད་  
ནས་ཟིམ་ཁུའི་བལྟས་ཏེ། འཆི་སྟོད་ཆོས་སྐུའི་འོད་གསལ་དང་པོ་ལ་གྲོལ་མ་རྒྱས་ན།  
བར་དོ་འོངས་སྐུའི་འོད་གསལ་དང་སྐྱེད་འདི་ཡིན་རྒྱལ་དེས་པར་ཐག་བཅད་པ་  
གཤམ་ཆེ།

མཉམ་བཞག་སྐབས་ན་བར་ཉིང་ཤག་གི་སྒྲུ་ལྟ་བུ་སོགས་གྲགས་འོད་དུས་བར་དོའི་  
སྐབས་འདུག་སྟོང་དུས་གཅིག་ཕྱིར་བ་སོགས་འཛིགས་པའི་སྒྲུ་སྐྱེ་ཆོགས་འབྱུང་བ་  
དང་ཐུང་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་སྒྲུ་འདི་རོ་མ་ཤེས་པའི་འབྲལ་སྐྱེད་ཡིན་པས་དེ་དུས་དོ་ཤེས་

དགོས་སྒྲུལ་པ་མ་གཏོགས་སྒྲིབ་པ་ཞེན་ན་གཤམ་སྒྲིབ་པ་གནད་ཆེའོ། །དེ་  
ནམས་ངོ་མ་ཤེས། ཤེས་ཀྱང་ཐག་མ་ཆོད། ཆོད་ཀྱང་མ་གོམས་པ་ནམས་ལ་སྒྲིབ་པ་  
ཟེར་གསུམ་གྱི་འབྲུལ་པའི་སྒྲིབ་པ་ཤར་ཏེ། སྒྲིབ་པ་དེ་ཡི་དབང་དུ་སོང་ནས་འཇིགས་  
དངངས་སྒྲིག་པའི་དུས། འོད་རིག་པ་ལ་འཇུག་པ་ཞེས་པའི་ཐ་སྟན་འབྲུལ་སྒྲིབ་དུ་  
མ་འཆར་འོང་། དེ་དུས་རང་སྒྲིབ་དུ་ངོ་ཤེས་ན་མ་པར་དུ་བྱ་བ་འཇུག་པའམ། འོད་  
གསལ་མ་བྱ་འདྲེས་པའམ། རིག་པ་འོད་ལ་ཞུགས་པ་ཞེས་པའི་དོན་དེ་ཡིན་པས་ད་  
ལྟ་ངེས་ཤེས་དང་བཅས་པས་ཡང་ཡང་གོམས་ན། རྫོགས་ཆེན་གསང་སྒྲོལ་བར་དོའི་  
གདམས་པའང་འདི་ལ་འདུའོ། །

དོ་རྗེ་སེམས་དཔའི་གསང་ལམ་ཡར་གྱི་ཟང་ཐལ་ཞེས་པའི་ཐ་སྟན། བར་དོ་དང་པོ་  
དང་གཉིས་པའི་གྲོལ་ས་འདི་ཡིན་པར་འདུག དེ་ཕྱིར་དོན་ཤེས་པས་གོམས་པ་དང་  
ཉམས་སྒྲིབ་ཕྱིར་བཞི་ཤིན་ཏུ་གཤམ་ཆེའོ། །དེ་ལ་བཅན་ས་མ་ཟེན་ན་འབྲུལ་སྒྲིབ་གི་  
འཇིགས་སྒྲིག་དང་བཅས། ཅི་ཞིག་ན་སྒྲིབ་དང་སྒྲིབ་མས་གདམས་པ་ཡི་སྒྲིབ་རྒྱལ་  
པའི་དམ་ཆོག་སོགས་མ་ཉམས་ཤིང་། ཉམས་པ་གསོ་སྦྱོང་ཟེན་པ་དག་གིས་ཆོས་  
ཉིད་བར་དོའི་དུས་ཡིན་པར་ངོ་ཤེས། སྒྲིབ་དང་གདམས་པ་དྲན་ཏེ། རྣམ་གྲོལ་  
དབུགས་ཆེན་འབྲིན་པའི་ཞིང་བཞི་ནས་རིམ་གྱིས་ལོ་ལྷ་བརྒྱུད་སྒྲིབ་རྫོགས་སྒྲིབ་  
གསུམ་མཐར་ཕྱིན་ཏེ། ཤེས་རིག་གི་རྒྱལ་པོ་གཞོན་ནུ་དཔའ་བོ་སྟོབས་ལྡན་གྱི་ས་  
ལ་དབུགས་དབྱུང་བཞི་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་མན་ངག་སྒྲིབ་ཐིག་གི་བྱུང་ཆོས་སྒྲིབ་མེད་  
པ་ཡིན་ཀྱང་། ད་ལྟ་སྟེ་གནས་བར་དོའི་དུས་འདིར། དག་གི་རུ་ཤོན་ཕྱི་མའི་ལམ་  
ཞུགས་སྐབས་དང་། ཐིག་ལེ་གསང་བའི་ཉམས་ལེན་སྐབས་རིགས་དུག་གི་གནས་  
སྒྱུངས་ཤིང་སྒྲིབ་དང་ཞིང་ཁམས་སྒྲིབ་ལ་བསྐྱེད་པའི་ལམ་ཁྱེད་ཀྱི་མན་ངག་ནམས་ལ་  
གོམས་པ་གཤམ་ཆེ་ཡང་།

ད་དུས་ལུགས་འདིའི་བསྟན་པ་ཉག་ཕྱ་བས་བརྒྱུད་ལྡན་སྒྲིབ་མའི་མན་ངག་ཉམས་སྒྲིབ་  
ཕྱིར་བ་ལྟ་ཅི། ཐོ་ཕྱི་ཙམ་སྒྲོས་པའི་རྒྱལ་གྱིས་བསྟན་པ་ཡི་གའི་ལམ་ནས་བཤད་  
ཤེས་ཀྱང་ཉམས་སྒྲིབ་རྫོགས་པ་རི་བཞིན་སྒྲིབ་མཐའ་མ་བཞག་ཙམ་དུ་ཟང་པ་ཐོངས་

ཆེ་བས་ན། བྱིགས་ཆོད་དང་ཐོད་ཀྱིས་ལ་བལྟ་ཚུལ་རག་རིམ་ཙམ་དང་། གསང་  
སྒྲོར་བར་དོའི་གདམས་པ་རང་ཉམས་དང་མཐུན་པར་ཆོག་དོན་གནད་དུ་བྱེད་ཏེ་  
བསྟན་པ་ལགས། ལར་ད་དུས་པལ་ཆེར་གྱིས་ཚུལ་མེད་ཀ་དག་བྱིགས་ཆོད་ཡིན།  
རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་བུར་མེད་ཡིན་པས་དེ་ཁོ་ནས་ཆོག་གོ་སྟམ་པའི་སྒྲོས་བྱས་  
ཡིད་དཔྱད་ལེ་ལོ་གསུམ་དང་མཚུངས་ལུན་གྱིས་བྱན་མོང་ཞི་ལྷག་གི་ཉམས་ཞེན་  
ནམ། དེས་ཤེས་གི་སྒྲིབ་པས་རང་རྒྱུད་འཆིངས་བཞིན། ཐོད་ཀྱིས་ཚུལ་བཅས་ཡིན་  
པས་གོགས་དང་གོལ་ས་ཆེ་ཟེར་ནས་དོར་བར་བྱེད་མོད། སྒྲ་རི་བཞིན་པའི་ཐོབ་བྱ་  
སྒྲ་དང་ཡེ་ཤེས་རང་བྱུང་བདེ་གཤེགས་སྒྲིང་པོ་འདི་ཉིད་རྟོགས་དང་མཛོགས་གི་ཁྱད་  
ཙམ་ལས།

སངས་རྒྱས་དང་སེམས་ཙན་ཐ་དད་མེད་པར་ཉིལ་དང་ཉིལ་མར། མན་ཤེལ་དང་མ་  
བྱའི་སྒྲོང་ངའི་དཔེ་སྟགས་གྱིས་བསྟན་པ་དེ་ཉིད་མངོན་སུམ་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་མན་  
ངག་ཀྱན་ལས་ཁྱད་པར་དུ་མས་འཕགས་པ་འོད་གསལ་དབྱིངས་རིག་གཉིས་མེད་  
སྒྲ་མའི་གདམས་པ་ཐབས་ཁྱད་པར་ཙན་དང་། རང་གི་དད་བརྩོན་ཆེ་ཆུང་གི་ཁྱད་  
པར་ཁོ་ན་ལས། གཞན་ཐོས་བསམ་དང་སྟུག་དུས་གང་གིས་མིན་པ། རྒྱལ་པའི་  
བཀའ། སྒྲ་མའི་ལུང་། ཞོང་མའི་རྣམ་ཐར་གང་ལ་དབྱུང་ནའང་། མཁས་སྟུན་ལ་མི་  
ལྟོས་པར། རང་གི་ཉམས་སུ་སྒྲངས་ན་ཉམས་སྦྱོང་གི་ཆོད་མས་ཤེས་འོངས་ཀྱང་  
གོང་སྒོས་ལྟར་དབུལ་པོའི་ཁྱིམ་གྱི་ཁོར་བུའམ། བཞོད་པའི་ས་སྟོགས་ཤར་ལུང་གོ་  
ལོག་པ་ལྟ་བུ་རང་གཞན་གང་ལ་བརྟགས་ཀྱང་སེམས་ཤིན་ཏུ་སྒྲོ་བས་མ་བཟོད་ནས་  
ཐོད་ཀྱིས་སྒྲོམ་ལུགས་གཉི་ཐུག་གི་ངག་གིས་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། བསྐྱེད་རྫོགས་  
གཞུང་གཞན་ལྟར་ན་རྩ་འཁོར་བཞི་དང་ལྟ་སྟགས་གསུངས་ཀྱང་།

རང་ལུགས་འདིའི་དབང་དུ་བྱས་ན། འཁོར་ལོ་གསུམ་དང་། སྟིང་ག་དང་། སྒྲི་པོའི་  
འཁོར་ལོ་གཉིས་སུ་གསུངས་པ། ཉོན་རྒྱུད་དང་ཡེ་ཤེས་གྱི་རྒྱུད་། སེམས་དང་རིག་  
པའི་ཡེ་ཤེས་གྱི་གནས། ལམ། སྟོ། རྩལ་སྟགས་དབྱེ་ཚུལ། ཁྱད་པར་ཐོད་ཀྱིས་གྱི་  
དབྱིངས་དང་སྟོང་སྟོན་ལུག་རྒྱུད་གྱི་གནས་དང་། འཆར་སྟོང་དབྱེ་བའི་དོན་ཡིན་ལ།



གང་ལྟར་ཡང་ཐུན་མོང་སྒྲགས་ཀྱི་བསྐྱེད་རྫོགས་ཀྱི་ལམ་ནི་དག་རྫོགས་སྒྲིན་གསུམ་  
སོགས་རྩོལ་བཅས་ཀྱི་ཐེག་པ་དང་། འདིར་རྩོལ་མེད་ཨ་ཏི་ལམ་གོང་མའི་གོང་མ་  
རྣམས་ཀྱིས་གཉིས་ཆོས་འབྱུལ་བའི་སྣང་བ་ཐམས་ཅད། གཉིས་མེད་སྣང་ཉིད་རྣམ་  
ཀྱན་མཆོག་ལྟར་ནམ། བདེ་གཤེགས་སྒྲིང་པོའམ། འདུས་མ་ཡེ་བྱས་སམ། འོད་  
གསལ་ཐིག་ལེ་ཉག་གཅིག་ཏུ་གྲོལ་བྱེད་ཐབས་ཀྱི་ལམ་དུ་བཞེད་པ་ཡིན་པས་ན།  
དེ་མྱིར་ཀྱན་དང་མཐུན་ལ་ཀྱན་ལས་འཕགས་པ་ཡང་གསང་སྒྲ་ན་མེད་པའི་བྱུང་ཆོས།  
ཁྱིགས་ཆོད་ལས་བྱུང་བར་བདུན་གྱིས་འཕགས་པ་ཟུང་འཇུག་ལྟར་གྲུབ་ཐོད་ཀྱལ་  
འདི་ལ་བཞེད་པའི་དོན། རང་གི་ཉམས་སྦྱང་དང་།

དོ་རྩེ་འཆར་དངོས་ཀྱི་གསུང་གི་བདུན་ཅི་ཐོབ་པ་ལྟར་རང་འདྲར་ཕན་སེམས་ཀྱིས་  
ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་ཅུང་ཟད་སྒྲོས་པ་ལ། དེ་ལ་རིམ་བར་འཆར་གཞི་ནམ་མཁའ་  
ཉི་ཟླ་མར་མེ་སོགས་སྒྲོན་བྲལ་ལ་བརྟེན་ནས། འཆར་བྱེད་སྒོ་རྒྱངས་ཞག་ཆུའི་སྒྲོན་  
མས་མཆོམས་སྒྱུར་ཏེ། རྩ་རྒྱ་མཆོག་མེར་གྱི་ཉི་མ་ཅན་ལས་གྲུས་བའི་ཀ་ཏི་ཤེལ་གྱི་  
སྒྲ་གྲུ་ཅན་ལམ་དུ་བྱས་ཏེ་མངོན་སུམ་དབང་པོའི་སྒྱུད་ལུལ་དུ་ལྷུང་བའི་ཐབས། ལྟ་  
སྟངས་དང་གཟིགས་སྟངས་སོགས་སྒྱིར་ལས་དང་པོ་པའི་ཆེད་དུ་ཆེ་རགས་ཅམ་ལས་  
མ་གསུངས་པས་རྩོལ་བཅས་སྒྲ་གསུང་པ་ཡིན། དོན་ལས་དང་པོ་པ་ལ་སྣང་བ་  
ཐམས་ཅད་འཆར་སྒྲ་བའི་ཐབས་སྒྲ་གསུངས་པ་ལས་ཐོག་མཐའ་ཀྱན་ཏུ་དེ་ལྟ་བུ་ཁོ་  
ན་མི་དགོས་ཏེ། ཅུང་ཟད་གོམས་ཆེ། ཟང་རས་སམ། དཔུས་ཐེར་སྒྲུབ་བྱའམ།  
རས་དམར་སྒྲུག་གམ། ཉག་པོ། སྒྲོན་པོ་གང་རུང་གིས་སྒྲར་བྱེད་གི་སྒྲོ་གཡོལ་ལམ།  
ཡང་ན་རེ་བའི་སྒྲ་རྒྱུང་ལྟ་བུ། དོན་དཀར་པོ་དང་དམར་པོ།

མེར་པོ་མིན་པའི་གདོང་ཁེབས་སོགས་རྩང་པོ་ཉི་འོད་དང་ཐིག་ལེ་ལུག་རྒྱུད་གསལ་  
པོར་མཐོང་བ་ཞིག་གམ། ཡང་ན་རང་གི་བ་མར་འདུག་ལ་གོང་སྒྲོས་ལྟར་འོད་རྒྱུང་  
དུ་ལ་བརྟེན་ཏེ་གཡས་གཡོན་སོགས་གང་རུང་དུ་བྱིད་ལ། འདུག་སྟངས་རྒྱང་བ་  
བརྒྱངས་པའི་མཐིལ་གཉིས་གདད་ས་ཡོད་ན་བཟང་། གང་ལྟར་མགོ་བོ་ནང་དུ་  
བཀྱག་ནས་ལག་པ་གཉིས་ཀྱི་སོར་མོ་བསྒྲོལ་ལ་ལྷག་བར་འབྱུང་དེ་བལྟ། དེ་ལ་

ཅུང་ཟད་གོམས་ཚེ་འདུག་ཚུལ་སྒྲ་མ་ལྟར་ལ་མགོ་བོ་སྒྲ་མ་ལ་ཐབ་སྟེ། ལག་པ་  
གཉིས་ཁྱུ་ཚུར་བསྟོལ་ནས་དོ་རྩེ་འཆར་གི་ཕྱག་རྒྱ་སྟེར་གར་བཞག་ལ་བཟ། དེ་  
ལའང་ཅུང་ཟད་གོམས་ཚེ་ལུས་པོ་དང་མགོ་བོ་སྒྲ་མ་ལྟར་ལ་ལག་པ་གཉིས་གཞིག་  
གཡས་གཡོན་གྱི་ཐུར་དུ་བརྒྱུངས་ཏེ་བཟླ་བ་དང་གསུམ་པོ་འདི་ཚོས་སྒྲུའི་འདུག་  
སྒྲུངས་གྱི་ཡན་ལག་གོ།

ཡང་སྐབས་སུ་སྒྲུང་བ་དྲུངས་བསང་གི་ཆེད་དམ། སྒྲ་མའི་འདུག་སྒྲུངས་གྱིས་སྒྲན་  
པའམ་མི་བདེ་ཆོ། རྒྱུ་མཐིལ་སྒྲུང་བ་སོགས་སྒྲུང་དང་འདྲ་ལ། ལག་པ་གཉིས་  
སོར་མོ་བསྟོངས་ཏེ་རྒྱུ་བ་གྱི་དབྱི་ཐད་པན་ཚུན་གྱི་སར་བཅུགས། ལུས་སྟོད་ཆགས་  
པས་སངས་སྐར་རམ། མར་མེ། རྒྱུའི་སྟོད་ཆེ་རྒྱུང་གང་རུང་ལ། ཉི་འོད་སོག་པའི་ཟེར་  
སྒྲ་ཆེར་སོག་པར་བྱས་ནས་མགོ་བོ་ཐྱིར་དབྱེ་ལ་མིག་གཡས་གཡོན་གང་བདེར་བྲིད་  
ལ་བཟ། ཡང་ཉི་མར་བཟླ་ཆོ་གི་བ་མར་འདུག་ཅིང་ཐོད་པ་དང་སྒྲིན་མ་ལ་ཉི་འོད་  
སོག་པར་བྱས་ཏེ་ཐུར་དུ་བྲིད་པ་སོགས་བྱས་ན་སྒྲུང་བ་འཆར་སྒྲ་ཞིང་བརྟན་པའི་  
དགོས་པ་ཡོད། ཡང་ན་ལུས་མོ་གཉིས་བསྒྲུམ་ཞིང་གཞིག་གཡས་གཡོན་གང་བདེ་  
སར་ཐབ་ནས་སྒྲུང་བ་བྲིད་དེ་བཟ། དེ་ལ་ཅུང་གོམས་པ་ཞེས་པ་ནི། ཐིག་ལེ་ལུག་  
རྒྱུད་སོགས་རྩེ་ཆེ་རྩེ་གསལ་རྩེ་བརྟན་དུ་སོང་ནས། ཐིག་ལེ་ཁ་དོག་དང་བཅས་པ་  
མཐོང་དུས་སྒྲུང་ཉམས་གྱི་ཐོད་ཀྱལ་དངོས་སུ་མཐོང་བ་ལ་གོམས་པའི་ཆད་ཡིན།  
ནམ་མཁའ་སོགས་འོད་གང་ལ་བརྟེན་ཀྱང་ཐིག་ཐུན་ལུག་རྒྱུད་ཁྲ་ཤིག་ཤིག་གིས་  
ཁེབ་ཅིང་གཡོ་འགྲུལ་ཆེར་མེད་པ་འབྱུང་དུས། ལུག་རྒྱུད་པལ་ཆེར་ཆེ་མོ་གྲུན་  
བསྟེན་ཁོ་ན་དང་། གྲུན་བསྟེངས་ཞེས་པ་ཀ་བ་བཅུགས་པ་ལྟ་བུས་ཁྲ་ཤིག་ཅན་ཁོ་  
ནའམ། ཁ་དོག་ཆེར་མི་མངོན་པའི་སྒྲ་ཆོགས་སོགས་དང་། སྐབས་རེར་འབྲེད་དུ་  
ཡོད་པ་ལ་ཕྱི་བས་ཤར་དུ་འདོད།

སྐབས་རེར་རེ་ལྟེ་ཞེས་པ་ཟང་རས་ནག་པའི་ཡོལ་བ་ལྟ་བུ་འབྲེད་དམ་མ་དེས་པའི་  
རྒྱལ་དུ་འོང་། གཞན་གཞུང་རྣམས་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་ལས་སྟོས་མ་དགོས་སོ། །  
དེ་དུས་ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་ལས་གོང་འཕེལ་གྱི་ཉམས་སྒྱེ་བ་དང་ཉི་བ་ཡིན་འདུག་

ཆད་ཐེབས་སྟོང་སྟོན་གཅིག་ཆེར་རྒྱས་པའི་ནང་དུ་ལྷ་ཆོམ་ཤར་བའམ། ཐྱོགས་བཞི་  
དབུས་ལྷར་རེས་འགའ་མིན་པར་ནམ་བུ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཡོད་པའི་ལྷ་ཆོམ་མང་པོ་རྗེ་མང་  
དུ་ཉི་ཤུ་ཅུ་གཅིག་ནས། བརྒྱ་མཉམ་ཆད་ཀྱིས་སྒྲུང་ཡུལ་རི་བྱག་སོགས་བསྐྱེད་ནུས་  
པའི་བར་རྒྱས་ཏེ། ལུག་རྒྱད་ཐིག་ལེ་སྟོང་སྟོན་དེ་དབྱིངས་ལ་ཐིམ་རིམ་བཞིན་ནང་  
གི་ནམ་པར་ཤེས་པའི་བྱེད་པས། སྟོ་དང་གྲོས་དང་སྒྲུང་བ་ཐམས་ཅད་ཟད་དེ་གཞོམ་  
མེད་ངོ་བོ་ཉིད་སྒྲུ་མངོན་དུ་བྱས་ཆོ་ཟད་པ་ཞེས། རང་དོན་མཐར་ཕྱིན་ཏེ་གཞོན་ནུ་  
ལུས་སྒྲུར་གྲོལ་བའོ། །

སྒྲུར་གཞན་དོན་དུ་གཞོན་ནུ་ལུས་སྒྲུའི་རྒྱ་རལ་བའི་ཐ་སྟོན་འགྲོ་བ་གང་ལ་གང་འདུལ་  
གྱིས་སྒྲུལ་བ་བསམ་མི་བྱུང་བས་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་མ་སྟོངས་ཀྱི་བར་དུ་འགྲོ་  
བའི་དོན་མཛད་པའོ། །རབ་ཀྱིས་དད་བརྩོན་ལྡན་པས་ལྷན་གྲུབ་ལུས་སྒྲུབས་ཀྱི་  
མ་རིག་པའི་རྩ་ཅི་ཅམ་དངས་རིམ་དག ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འོད་རྩ་རྒྱས་རིམ་ལྷར་སྒྲུང་བའི་  
དབྱིངས་ཐིག་རྗེ་མཐོང་། སྒྲིན་མཆོམས་ནས་ཡུལ་དུས། རྩ་བ་གཉིས་དང་ལྷག་པའི་  
བདུད་སྟོ་རྣམས་ནས་ཆུ་བྱར་མིག་གིས་མཐོང་བ་མིན་པའི་དང་པོ་འོད་ཀོར་དཀར་  
པོ་ནས་རིམ་བར་ཐིག་ལེ་སྟོང་སྟོན་ནམ། ཐིག་ཕྱན་རྣམས་མངོན་ཆོ། རང་ལུས་ཡོད་  
མེད་དེར་འཛིན་ཆེར་མེད། དབུ་མའི་འོད་རྩ་དངས་པའི་སྒྲུ་ལྷས་དབྱིངས་ཐིག་རྣམས་  
བདེ་ཆེན་འཁོར་ལོར་མངོན་འོང་དུས་སྒྲུང་ཉམས་རྗེ་བཞིན་པ་ཆད་ལ་ཐེབས་ཏེ་བ་  
ཡིན་པས་བརྩོན་འགྲུས་རང་ཤུགས་ཀྱིས་རྗེ་ཆེར་འབྱུང་ཡང་། རྣམ་གཡེད་ཐམས་ཅད་  
སྒྲུངས་ནས་བརྩོན་པའི་དུས་ཡིན་པར་ཤེས་དགོས་སོ། །

དེ་ལྷར་ཤེས་ཉམས་སམ་རྒྱུད་གདངས་དང་། འོད་རྩ་དངས་སྟོབས་ཀྱིས་རིག་གདངས་  
སམ། སྒྲུང་ཉམས་ཆད་ཐེབས་སྒྲུ་རྗེ་བཞིན་པ་བཅས་གང་བ་མངོན་ཐུང་དུ་བརྟན་  
པའོ། །དེ་ལྷ་བྱའི་ལམ་ཉམས་སྒྲུ་ལེན་པ་རྣམས་ལ་ཡང་བརྒྱར་ཀྱིས་གོང་ནས་གོང་  
དུ་འཕེལ་བའི་ཐབས་ནི། ཉིན་མཆོན་འོད་གསལ་གྱི་བོགས་འོན་ཐབས་ལ། ཉི་  
མའི་མདངས་འོད་སོགས། མར་མེ་ལ་ཡུན་རིང་བལྟས་ནས་སྒྲིབ་སྒྲིབ་སྒྲུ་མིག་བརྩམ་  
སྟེ་སྟོང་ཆོ། ལུག་རྒྱད་ཐ་ལ་རྒྱུད་བ་ནག་པོའམ་སྒྲུ་ལང་མོང་མཐོང་བ་དེ་རང་ཡལ་

དུ་མ་སོང་བར་དེར་འཛིན་གྱི་ཞེན་པ་མེད་པར་གཤམ་པ་གནད། ཡང་གོང་བསྟན་  
བཞེན་སངས་དཀར་སོགས་གྱི་འོད་ལ་ཐིག་ལེ་སྟོང་སྟོན་རྗེ་མཛོན་ཁ་དོག་བཅས་མཐོང་  
དུས། དབྱིངས་གདངས་དང་ལུག་རྒྱུད་འཐོར་ནས་རྣམ་འགྲུར་སྣ་ཚོགས་ཅན་དང་།  
ཐིག་ཐུན་དཀར་པོ་འདུ་འཐོར་བྱ་བ་བྱ་བྱེད་སོགས་གྱི་སྒྲུང་བས་བརྟེན་ཡུལ་ཁེབས་  
འོང་དུས། སྒྲུང་ཡུལ་རང་ཁམས་དང་མཐུན་པའི་ཡངས་སར་གཏད་དེ་ཉམས་སྲུ་  
ལེན། དེ་དུས་རྒྱུད་ལས། སྒྲུང་བ་ཐམས་ཅད་ཐིག་ལེ་སྲུ། ཤར་ནས་ཁྲིག་གིར་སྟོང་  
པའི་དུས། མཚོག་རྩ་གོམས་པའི་ཚད་ཡིན་ནོ། །

ཞེས་གསུངས་པའི་དུས་དེར་ངེས་པར་སྟེབས་པ་ཡིན་པས། ད་དུང་ཐང་ལྟོད་མེད་  
པར་ཉམས་སྲུ་བྱངས་ན། དེམ་པར་མཐོང་ཡུལ་གྱི་རི་སོགས་གང་ལ་བལྟས་ཀྱང་དེ་  
ལྟར་སྒྲུང་བས་ཁེབས་ཅུས་ཆོ། རབ་རྩ་གོམས་པའི་ཚད་ཉིན་སྒྲུང་གི་སྐབས་སོ། །  
མཚན་མོ་ཐུན་ནག་ནང་དུ་བལྟས་ཆོ། ཐིག་ལེ་འམ་ལུག་རྒྱུད་འལ་འོལ་ཅམ་ཡུན་དུ་  
མི་གནས་པར་ཡལ་འགྲོ་བ་དང་། ཐོ་རངས་གཉིད་སང་མ་ཐག་ཐུན་ནང་མིག་རང་  
སོར་བཞག་སྟེ་བལྟས་ན་མཚན་མོའི་དུས་ལྟར་ཐིག་ལེ་ལུག་རྒྱུད་མཐོང་འོང་ཆོད་བྱིངས་  
རིག་དབྱེར་མེད་དུ་ཐག་བཅད་ལ་མཚན་མོ་ལའང་དེ་ལྟར་གལ་ཆེའོ། ཁོམས་  
དེམ་དང་མཐུན་པའི་རྗེ་གསལ་ལ་འོང་དུས་དེ་ལ་གཤམ་པ་གཏད་དེ་ཡུན་བཞིངས་  
ཅུས་ན། ཐུན་ཁང་འབད་ཚུལ་ངལ་དུ་བ་ལ་བརྟེན་པའི་སྒྲུང་བ་སྣ་ཚོགས་མཐོང་བ་  
ལས་འདི་ཁོ་ནས་ཆོད་ཆེ། དེ་ལྟར་ཉིན་མཚན་འདྲ་བར་སྦྱིལ་ཀྱང་བྱང་པོར་མཛོན་  
བྱང་འདུག་སྒྲུངས་སོགས་གང་བདེ་བྱས་ནས་སྟོ་སེམས་གྱི་བརྩོན་འགྲུས་དང་ཡིད་  
ཆེས་གྱི་དད་པས་སྟོག་བཟུང་ངོ། །

དེ་བོགས་འདོན་བྱེད་མར་མེའི་སྒྲུང་བ་ལ་ཐུན་རིང་ངེས་རེ་བལྟ་ལ། དེ་མ་ཐག་གོས་  
གྱིས་མགོ་བརྟམས་ནས་མིག་བཙུམ་པའམ། རང་སོར་བཞག་ན་དེམ་གྱིས་མར་མེའི་  
རྟེན་དང་ཉ་ལམ་འདྲ་བའི་སྒྲུང་བ་ཤར་འོང་། དེ་སྐབས་ཉལ་ཏེ་མིག་བཙུམ་པའམ།  
མགོ་རུམ་དུ་བཙུག་སྐབས། ཁྲིགས་ཆོད་ལ་གོམས་པ་ཆེར་སོང་བ་རྣམས་ལ་ཐུན་  
སྒྲུང་རང་རྒྱུད་པ་མིན་པའི་སྒྲུང་སྟོང་དབྱེར་མེད་གྱི་འོད་གསལ་ཁོར་ཡུག་རྩ་འགྲོ་





བའི་སྐ་ལྷས་ལྷ་བྱ་ཐོག་མའི་ཐོག་མར་རང་བྱུང་ཁྱེགས་ཚོད་སྒྲོང་བའི་འོད་གསལ་  
 རྩོགས་ཅམ་མཐོང་བ་དང་། ལྷག་རྒྱུད་ནས་རིམ་པར་རྗེ་ཆེར་རྒྱས་འོང་། དེའི་དང་དྲ་  
 ཞེན་མེད་ལྷོད་ཆགས་སུ་བསྐྱངས་པས་གཉིད་ཐིམ་འགོ་ཁར་སྤང་མཆོད་ཐོབ་གསུམ་  
 ཁམས་ཀྱི་བྱུང་བར་འོང་མི་འོང་ཡོད་པས་མི་ངེས་ཀྱང་། གང་ལྟར་ཉེར་ཐོབ་འོད་  
 གསལ་དྲ་བཞེངས་པ་ཞེས་ལྷན་གྲུབ་སྤང་བའི་འོད་གསལ་ཉིན་པར་ལས་ཀྱང་ཆེས་  
 གསལ་ལ་བརྟན་བའོང་། འདི་དུས་ལ་ལ་དག་གི་ཉིན་པར་མི་མཐོང་བའི་གོང་  
 འཕེལ་དང་། ཆད་ཐེབས་ཀྱི་སྤང་བ་མཐོང་བའང་ཡོད་དེ། ཉིན་པར་ཐོད་ཀྱལ་རང་  
 གཞུང་རྣམས་ནས་གསུངས་ལྟར།

བྱ་བ་དག་སྤྱགས་སམ་བྱུང་བར་དག་གི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ཏེ། གོང་སྤྱམ་ལྟར་  
 གྱིམ་ལྷོད་རན་པས་ཉམས་སུ་སྤངས་པ་རྣམས་ལ་ངེས་འགའ་འོང་། ངེས་འགའ་མི་  
 འོང་བ་ནི་ཞེན་འཛིན་ཡོད་པའི་ཉམས་ཀྱི་རྟགས་ཡིན་པར་འདུག རྗེ་བརྟན་རྗེ་གསལ་  
 རྒྱུན་དྲ་འོང་སྐབས་ད་དྲུང་ཡང་ཡང་ཉམས་ལེན་གོང་འཕེལ་དྲ་བརྩོན་ན་ཐོད་ཀྱལ་  
 སྤང་བའི་འོད་གསལ་ཁོར་ཡུག་ཏུ་སོང་སྟེ། ཆད་ཐེབས་ཟད་པ་ལ་ཉེ་བ་ཡིན་པས་  
 དེ་ལྟར་ཉམས་སུ་སྤང་ན། བཀའ་གཏེར་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པར་རྟེན་བཞིན་རྣལ་  
 འབྱོར་དྲ་གསལ་པ། དཀར་ཁྱིའི་ཉི་མ། སེར་ཁྱིའི་ཟླ་བ། དམར་ཁྱིའི་མར་མ།  
 བཀའ་ཁྱིའི་སྤྱན་པའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས། སྤྱི་བཞིན་རྟེན་གྱི་ཉམས་ལེན་སྒྲིས་མེད་ཅིག་  
 ཆོད་འདི་ཅམ་ལ་འདུའོ། །

འདི་དག་གི་ལྷོག་ཆ་ཅམ་ལ་ཆོས་ཉིད་མཛོན་སུམ། ཉམས་གོང་འཕེལ་བརྟགས་  
 འདུག་ཀྱང་། དབང་པོ་རྩོན་པོ་རྒྱའི་སྟོབས་ཅན་རྣམས་ལ་ཆོས་ཉིད་མཛོན་སུམ་དུས་  
 ཟད་པའི་སར་སླེབ་པ་དང་། གོང་འཕེལ་དུས་ཟད་པ་དང་། ཆད་ཐེབས་རྫོགས་ཏེ་  
 ཟད་པ་སོགས་མ་ངེས་པ་རྒྱུད་ནས་གསུངས་པ་དང་། ལུཔ་མཐོང་ཀྱང་མི་ངེས་པས་  
 རྩོགས་གཅིག་ཏུ་ཁས་འཆའ་མི་ཤེས་པ་ནི་ངེས་པའོ། ། ཁོན་བཟླ་བྱ་ལྷ་བྱེད་བཟླ་  
 ཡུལ་གྱི་མཁན་པོ་སོགས་ཐ་དད་མ་ཡིན་གཉིས་སུ་མེད་ཅིང་བྱར་མེད་པ་ཡེ་ནས་  
 དབྱིངས་ཡེ་དབྱེར་མེད་ངོ་པོ་རང་བཞིན་སྤྱགས་རྗེ་སྤྱི་གསུམ་རང་ཆས་ཡིན་ལུལ་



དཔེར་བཅས་བསྟན་པའི་ཐོག་ཏུ་ཐག་བཅད་ཅིང་། གདིང་དང་ལྷན་པ་ནི་མེད་དུ་མི་  
རུང་བའི་མདོ་ཆེངས་སུ་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག བྱི་རྟགས་དེ་དག་གི་རྟགས་ཡིག་དང་  
ཆོད་ཡིག་བཀའ་གཏེར་རྣམས་ནས་མང་དུ་གསུངས་ནས་འདྲ་། འཕེལ་འགྲིབ་ཉམས་  
གྱི་རྟགས། བར་ཆད་བདུད་གྱི་རྟགས། མི་འགྱུར་བ་གསང་བའི་རྟགས་གསུམ་ལ་  
འདུ། འཕེལ་འགྲིབ་ཉམས་གྱི་རྟགས་ནི། བྲགས་ཆོད་ཐོད་ཀྲལ་གཉིས་ཀར་འཛིན་  
ཞེན་ཅན་བདེ་སྟུག་རེ་དོགས་ཆགས་སྤང་གི་སྟེམས་དང་བཅས་ཏེ་འགྱུར་བ་ཅན་དེ་  
ལ་ཞེན་ན་གོལ་ས་ཆེ།

བར་ཆད་བདུད་རྟགས་ཀྱང་གོང་བསྟན་ཤེར་བྱིན་ལམ་ལྔ་རིམ་པར་རྒྱུང་འབྲིང་ཆེ་  
གསུམ་དཔྱེ་བའི་རྣམ་གངས་དང་། བྱག་ཆེན་རྣལ་འབྱོར་བཞི་རིམ་ཀྱང་དེ་མཆུངས་  
དཔྱེ་བ་གཉིས་ནས་སྒྱིར་བཏང་ཡང་ཡང་གསུངས་པའི་ཉམས་རྟོགས་གྱི་ས་མཆོམས་  
སོ་སོའི་རྟགས་དང་མཆོན་ཉིད་གསལ་པོར་གསུངས་པའི་གནད་རྣམས་གལ་ཆེ།

འདི་སྐབས་རྫོགས་ཆེན་པས་ངན་སྦྱེན་བྱུག་ཀྱང་བཟང་སྦྱེན་མི་བྱུག་ཟེར་དཔེ་བཟང་  
པོར་རྫོམ་པའི་ཉམས་དང་མི་ལམ་དངོས་སྤང་གང་བྱུང་དེར་འཛིན་གྱི་རྫོམས་སེམས་  
ཅན་དེ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་བཀའ་གཏེར་རྣམས་དང་གོང་བསྟན་སྟེན་སྟེན་སྟེན་གྱི་  
གདམས་ངག་དང་བཅས་ཡོད་པ་དེར་གཟིགས་མཛོད། མི་འགྱུར་བ་གསང་བའི་  
རྟགས་ནི། དོན་བྱི་རྟགས་ཁོ་ན་ལ་མི་ལྟོས། བྱང་རྟགས་སྒྲིབས་དང་ངེས་འབྱུང་  
བྱམས་སྒྲིང་རྩེ་སྟགས་བཅས་མིན་གྲགས་འབྱུང་ཡུལ་ཡུལ་སྦྱེན་ལས་འདས་པའི་  
རྟོགས་པ་རྒྱན་ཆགས་དང་། སྤྲུམ་ལའང་གདུལ་བྱའི་སྤང་དོར་ཅམ་ལས། སྦྱོན་ཀྱན་  
ཟད། ཡོན་ཏན་ཀྱན་ལྷན་ཡེ་ཤེས་གྱི་སྦྱུ་ཅན་དངོས་སུ་མཐོང་ཞིང་། བྱ་སྦྱོད་ཐམས་  
ཅད་སྤྲུམ་འཛི་ཕྱགས་སུ་འགྲོ་བ་དང་།

དངོས་བརྒྱུད་ནས་སེམས་ཅན་ལ་ཆགས་སྤང་བར་མ་གསུམ་བཏང་སྟོམས་གྱི་སྟོམ་  
སྟོམ་པར་བྱས་ཏེ་ཡན་བདེ་ལ་སྦྱར་འདོད་གྲགས་གྱིས་བྱུང་ནས་ཆོ་འདིའི་ཞེན་པ་དང་  
འཁོར་བའི་བྱ་བ་ནང་ནས་ངེས་པར་ཐོངས་པ་ཞིག་མེད་ན། བྱི་རྟགས་གཅིག་ཏུ་ལ་  
རྫོམ་པས་མི་འོང་། གསང་རྟགས་བཟང་ངན་རྟོག་པས་ཕན་གཞོད་བྲལ་ཞིང་ལུང་

མ་བསྟན་དུ་མ་གོར་བས། ཉིན་པར་མཉམ་རྒྱུ་ཁོར་ཡུག་དང་། མཚན་མོ་ཀ་དག་  
ལྟོན་གྲུབ་གང་ལ་གོམས་པའི་སྒྲུང་བ་ཁོར་ཡུག་ཏུ་ཟེན་པ་བྱུང་ན་ཉམས་ལེན་ལམ་  
དུ་སྒྲུངས་པའི་རྟགས་ཡིན། དེ་རྣམས་ལས་ཕྱོག་ན་བོགས་འདོན་འདི་ལྟར་བྱ་དགོས།  
དུས་བཞི་སངས་རྒྱུས་མཉམ་སྦྱོར་སོགས་སྦྱོས་བཅས་སྦྱོས་མེད་རང་ཁམས་དང་  
མཐུན་པའི་ལམ་ཁྱེར་བྱ་ཞིང་། གནས་དབེན་པ་བརྟེན། ཉམས་ལེན་ཐུན་དུ་བཅད།  
སྦྱོར་ན་ཚོད་ཚད་གཅིག་ཏུ་བྱ།

གཉིད་སྤང་ལ་གཞལ་ཞེས་པ་ཉལ་ཚོད་དང་གཉིད་ཚོད་གཅིག་ཏུ་བྱ་ཞིང་། བརྒྱས་  
བརྗོད་སོགས་ངལ་དུབ་ཀྱི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་སྤང་བ་གལ་ཆེ་སྟེ། རྫོགས་ཆེན་ཁྱིད་  
རིམ་རྣམས་དང་། རྫོགས་མ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་ཞལ་རྒྱན་ཡང་དེ་ལྟར་ལགས། དེ་ལྟར་  
ཕྱི་ནང་གི་རྟགས་མཚན་འཛིན་ནའང་། ང་རྒྱལ་དང་སྒྲོམས་སེམས་སྤང་བའི་ཐབས་  
རྒྱལ་ལ་མ་འབད་ན་སྤང་ཕྱོག་ཉེན་ཡོད་པ་ནི། རྒྱལ་འབྱོར་གྲུབ་པའི་དབང་ཐུག་  
རྣམས་ཀྱི་གསུངས་དང་། རྫོགས་དཔག་གི་སྒྲོས་དབྱེད་ནའང་རི་ལྷ་རི་སྟེང་གི་ཡེ་ཤེས་  
མཛོན་དུ་མ་བྱས་ཀྱི་བར་དུ། རྟག་གྲུས་ཀྱི་སྦྱོར་བས་བརྩོན་འགྲུས་ཀྱི་ལམ་མཐར་  
ཕྱིན་པར་བྱ་དགོས་པ་ལགས། གོང་གི་ཕྱི་ནང་གི་རྟགས་ཚད་ཉེན་མཚན་གྱི་འོད་  
གསལ་སོགས་ཀྱི་སྟེ་ཟེན་ནས། ལེ་ལོ་གསུམ་བབ་ཀྱིས་ཞི་ཞིང་བརྩོན་འགྲུས་གསུམ་  
རང་ཤུགས་ཀྱིས་གོང་དུ་འཕེལ་ནས་གཉིད་ཀྱང་རབ་འོད་གསལ་ཁོར་ཡུག་ མིན་  
ཀྱང་རི་རྒྱུད་རི་སྟེན་མི་འགོ་བའི་ཐབས་མེད། གཞན་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་གཞི་ལམ་  
འགྲུས་གསུམ་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་གངས་མང་བ་བཀའ་གཏོར་བསྟན་བཅོས་མ་དྲོས་རྒྱ་མཚོ་  
ལྟ་བུར་བཞུགས་པའི་ནང་ནས། བཅུ་བདུན་རྒྱུད་ཀྱི་དགོངས་པ་གསལ་བར་བསྟན་  
ཅིང་བཀྲལ་བ་ཀྱན་མཁྱེན་གྲོང་ཆེན་པའི་མཛོད་ཆེན་པོ་བདུན། ངལ་བསོ་སྒྲོར་གསུམ།  
རང་གོལ་སྒྲོར་གསུམ་སོགས་བཀའ་མ་དང་།

གཏོར་ཕྱོགས་མཁའ་འགོ་སྒྲིང་ཐིག མཁའ་འགོ་ཡང་ཏིག བི་མའི་སྒྲིང་ཐིག སྒྲ་མ་  
ཡང་ཏིག་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ། ཟབ་མོ་ཡང་ཏིག བྱང་གཏོར་ཀྱན་བཟང་དགོངས་པ་  
ཟང་ཐལ་ཀ་དག་རང་བྱུང་རང་ཤར་སོགས་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བ་གངས་མང་བ་དང་།

གཏེར་གསར་ལྷེ་བཙུན་སྒྲིང་ཐིག་གོང་ {སངས་རྒྱས་མཉམ་སྦྲེང་། མཆོག་} རིག་དགའ་  
རབ་སྒྲིང་ཐིག་ མན་རག་གསེར་གྱི་ཡང་ཞུན་ནམ་ཉི་མའི་ལའོར་ལོ། ཤིན་ཏུ་ཡང་  
ཟབ་བསྐྱ་སྒྲིང་ཐིག་ བེ་རོ་སྒྲིང་ཐིག་སོགས་ཁམས་དབུས་ཀྱི་གཏེར་སྒྲོན་ཆོད་མ་མང་  
པོའི་སྒྲ་རྩོགས་ཐུགས་གསུམ་མང་དུ་བཞུགས་པའི་རྩོགས་ཆེན་ཡང་གསང་སྒྲ་ན་  
མེད་པའི་སྒྲར་ཁོ་ནར་བཞུགས་པ་རྣམས་དང་། རང་ལུགས་ཁམས་དབུས་མཁས་  
གྲུབ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་གནང་བའི་བྱད་པར་གྱི་བྲིད་ཡིག་རྒྱས་བསྐྱུས་རྣམས་ལ་  
གཟིགས་མཛོད།

སྐབས་སུ་བབ་པ་འདི་ནི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་ཐིག་པ་ནས་ཨ་ཉི་མན་ཆོད་གང་ཟག་གེས་  
རབ་ཞན་ཅིང་གོ་བ་མེད་པ་རྣམས་ལ། ལམ་རྩོལ་བཅས་དང་རྩོལ་མེད་འབྲས་སུ་  
ཐོབ་ཐུང་བུལ་སོགས་ཀྱི་སྒྲ་དང་བ་སྒྲོན་བྱེད་སྤོན་སུ་མེ་བྲེར་གྱི་འོད་ཅམ་བསྐྱན་པ་  
ལགས། ཤར་ཕྱིན་ལམ་ལྟ་དང་ལྟོ་སྒྲར་རྩལ་ཀུན་མཁྱེན་འཛིགས་བུལ་གྱིང་པའི་  
གསུངས་ཅི་བཞེན་དང་། རྣལ་འབྱོར་བཞི་རིམ་བྱ་བུལ་བ་བསོད་ནམས་དོན་གྲུབ་  
ཀྱིས་གནང་བའི་མན་རག་ཟབ་དོན་སྒྲིང་པོ་ཆོག་སྒྲ་པལ་ཆེར་རུང་ཟད་བསྐྱུངས་ཏེ་རྒྱུང་  
འབྱིང་ཆེ་གསུམ་དགུར་དབྱེ་བའི་དོན། རང་ལུགས་ལྟར་ན་སྒྲ་དང་བ་ལུལ་གྱི་སྒྲོ་ཅན་  
ནམ། གང་ཟག་རིམ་གྱིས་སོགས་གང་ཟག་གིས་ལམ་གྱི་སྒྲིང་པོ་ད་ལྟ་དཔའི་སྒྲ་མ།  
མཉམ་པ་གསུམ་གྱིས་ཐུགས་རྒྱུད་བཟུང་ཞིང་དོན་ཅི་མཛད་ཁྱེད་གེས་སྒྲོ་གཏད་ལིང་  
བསྐྱུར་གྱི་ལམ་བྲེར་དང་འདོད་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་རྟག་བརྟན་འཕེ་འགྱུར་མེད་པ་  
དང་ལྟན་པའི། རིག་པ་རང་སྒྲ་དག་གི་སྒྲོ་ཅན་དག་གིས་ལམ་བྲེར་གྱི་ཉེར་ལེན་ལ་  
བརྟེན་ནས། དོན་གྱི་སྒྲ་མའི་རང་ཞལ་ལོ་སྒྲ་ཅམ་གྱིས་མཛལ་ཏེ་བཙུངས་པ་ལེ་གེས་  
སྒྲ་མའི་ས་མཆོག་མངོན་དུ་བྱ་བ་ནི་ངེས་པའོ། །

སྒྲ་དང་བ་ལུལ་གྱི་སྒྲོ་ཅན་ནམ་ས་ཁམས་རིམ་གྱིས་པས་སུན་མོང་ཞི་ལྷག་ནས། སྒྲ་  
མས་མན་རག་མཛུབ་བཙུག་གི་རྩལ་དུ་མཐོང་ལམ་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་བདེན་པ་ལྟ་བུ་ཅིག་  
ཅར་དུ་རོ་སྤྲད། སྒྲ་སྒྲིད་གཉིས་ཞར་བྱུང་དུ་གསུངས་པའི་ནང་ནས། སྒྲིད་པའང་  
གོང་བཤད་ཐིག་རིམ་སོ་སོའི་རྩོ་རྩེའི་ཆོག་གིས་མདོ་ཅམ་བསྐྱན་པ་ནི་ཆོས་སྤྱིའི་སྒྲིད་

པ་དང་། རང་ལུགས་ལའང་ལྟ་སྟུགས་སུ་སྟོད་པ་མ་ཤོར་བ་གཙོ་བོར་ཉམས་རྟོགས་  
 གྱིས་མཚམས་སོ་སོའི་རོར་ཤོར་གོ་ལ་འབྲང་བསལ་དེ། ཡང་དག་པའི་ལམ་ལ་རིམ་  
 གྱིས་དགྱི་བའི་སྟོད་པ་གཙོ་བོར་བྱ་དགོས་པ་ནི། སྒྲིབ་པོ་དོན་ལེན་པའི་རྒྱད་ལས།  
 དཔེར་ན་བྱིས་པ་བཅས་མ་ཐག རྩ་ཞོ་ལ་སོགས་རིམ་བསྐྱབ་དེ། བྱིས་ནས་སྐྱ་བ་  
 འབྲས་ཆན་སོགས། མང་པོ་བོས་ན་སྟོབས་འཕེལ་འགྱུར། ཉེ་བཞིན་ང་ཡི་སྐས་  
 རྣམས་ལ། འདུལ་བ་མདོ་སྟེ་མདོན་པ་སོགས། བསྟན་པའི་རྗེས་ལ་མན་རག་འདི། །  
 བསྟན་ན་སྤྱི་མེད་བྱང་རྩལ་འཕྱོང་། །

ཞེས་པའི་དོན་ཐོས་བསམ་ལ་དགའ་བ་རྣམས་གྱིས་ཀུན་སྟོང་བསམ་པ་བཟང་པོར་  
 བསྐྱབ་ནས། སྟོར་བ་གོ་སྟོང་རྟོགས་གསུམ་ཁ་ནང་བསྐྱོར་རང་རྒྱད་ལ་ཕན་རེས་སུ་  
 གཏན་ལ་ཕབ་སྟེ། སྟོར་གོ་མས་དང་ལྡན་པའི་བཅུད་ལྡན་གྱི་སྤྱི་མས་ཉམས་རྟོགས་  
 གྱིས་མཚམས་དབྱེ་ཞིང་ལྟ་སྟེ་སྟོད་པ་དོ་སྟོད་དུས་སུ་བབ་པ་ལ་དམར་བཅིངས་  
 སུ་ཐེབ་པར་སྟོད་དགོས། ད་དུས་སྟེ་གསུམ་མའི་དབང་གིས་སྤྱི་མ་མཚན་ལྡན་བཞུགས་  
 རུང་སྟོབ་མས་གོ་ལོ་ཐོས་ལོ་ཙམ་གྱིས་རང་མགོ་གཡོགས་གིང་། གཞན་དག་ལམ་  
 བེམ་ལྟར་ཅན་དུ་དགྱི་བ་མང་འདུག་པས། རང་གཞན་གང་ལ་བསམ་ནའང་ཡང་བ་  
 དང་། བག་གང་བ་ལས་མི་འདུག་ཀྱང་ཁོ་པོ་ནི་སྒྲིས་སྒྱུངས་ཞན་ཅིང་གོ་ས་དམན་པའི་  
 གཅམ་སུ་རང་འདུས་དངོས་སུ་བྱ་ཐབས་ནི་བྲལ། འདི་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་རང་གི་དྲན་པའི་  
 གསོས་འདེབས་གྱི་ཆེད་དང་། གཞན་ལམ་འདིར་འཇུག་འདོད་ཕྱི་རབས་སྟོད་མན་  
 རྣམས་ལ་ཅུང་ཙམ་རེ་ཕན་ནམ་སྟེ་པ་མ་གཏོགས་གྲགས་སྟན་རེ་བ་སོགས་གྱི་དུག་  
 དང་མི་འདྲེས་རེས་པའོ། །

དེ་ལྟར་བསྐྱལ་བ་གངས་མེད་མང་པོར་སངས་རྒྱས་གངས་མེད་མདོན་པར་བསྟེན་  
 བས་བསྟེན་བཀུར་དང་སྟོན་ལམ་གངས་མེད་བརྗོད་དུ་མེད་བ་བྱས་པའི་མཐུ་ལས།  
 སྐལ་བཟང་ཡང་རབ་གྱི་འཇུག་དོགས་དོ་རྗེ་སྤྱི་མ་བཅུད་ལྡན་གྱི་དུང་དུ་ལྟ་སྟེ་སྟོད་  
 པའི་ལམ་ཁྱིར་གང་ལའང་གཞན་ལ་རེ་སྟོས་མི་དགོས་པར་ཐག་བཅད་དེ། སྤྱི་མས་  
 འདི་ལྟར་གྱིས་ཞེས་པའི་ལུང་བསྟན་པ་ལྟར་ཉམས་སུ་སྤངས་ན། རབ་ལོ་གཅིག་

གམ་གསུམ། འབྲིང་ལོ་གསུམ་མམ་བདུན། ཐ་མ་ཡང་ལོ་བདུན་ནམ་བཅུ་གཉིས་  
ནས་སངས་རྒྱལ་པ་ལ་ཐེ་ཚོམ་མེད་པའི་ལམ་བཟང་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་རྒྱུར་ལམ་  
ཟབ་མོའི་ཆོས་དང་སྤྲུམ་ར་འཕྲད་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་སྒྲུལ་བ་དང་ལྷན་སྒྲུབས་  
འདིར། རབ་ཀྱི་རབ་གཤེགས་ཚུལ་མ་རིག་མང་གཟུགས་ཀྱི་ཡུང་པོ་ཐུན་མོང་ནམས་  
ལས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པའི་འོད་ལྷན་དང་རྒྱལ་ལྷན་དུ་དེངས་ནས་མཐའ་གཉིས་  
ལས་འདས་པའི་སངས་རྒྱལ་རྩོམ་ཆེ་འཆང་ཆེན་པོར་འཕྱུར་ནས་པ། འབྲིང་གངས་ཀྱི་  
སེལ་དང་། བས་མཐའི་རི་དྲགས། གོང་གི་བྱི་འབྲུམས། བྱིས་པ་ལྷ་ལུ་སྟེ། སྟེ་འཆི་  
དང་རེ་དོགས་ཀྱི་རྟོག་པ་ནང་ནས་ཟད་དེ། ན་དགའ་འཆི་བོད་ཀྱི་གདིང་བཞེད་དྲོད་  
ཆད་དང་ལྷན་པ། ཐ་ནའང་འཆི་ཁ་གཞན་ལ་རེ་མི་དགོས་པའི་རང་རྒྱ་ཐུབ་ངེས་ཞིག་  
ཅི་ནས་དགོས་སོ། །

དེ་ལྟར་མ་རྟོགས་སེམས་ཅན། ལོག་རྟོག་སྟེགས་ནས་ཐེག་པ་རིམ་དགུ་དང་།  
རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་སེམས་སྟེ་གློང་སྟེ། མན་ངག་སྟེ་བྱི་ནང་གཉིས་ཞར་ལ་ཆང་བའི་  
གསང་སྐྱོར་ནམས་དབང་རབ་ཅིག་ཅར་བ་མ་གཏོགས་ལྷ་སྟོན་བྱུང་འདུག ལྷ་བ་  
ལུང་རིག་དང་། སྒྲོམ་མ་ཉམས་སྟོང་དང་། སྟོན་པ་དུས་ཆོད་དང་འབྲེལ་བ་གསུམ་  
གལ་ཆེ། སྤྲུམ་དམ་པའི་གདམས་པ། ལོ་ལྷའི་གངས་ལ་མི་ལྟོས་པར་མཉམ་  
འགྲོགས་ཀྱི་བདུད་དུ་མ་ཤོར་བས་མཉེས་པ་གསུམ་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་བསྟེན་ཏེ་རང་རྒྱུད་  
གོལ་སྟོན་གྱི་ལམ་རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་དུན་གསོས་ཐུག་རྫོགས་ཤེར་བྱིན་བཅས་ཀྱི་ལྷ་  
སྟོན་འབྲས་ལུ་རིམ་པར་མངོན་དུ་གྱུར་ཚུལ། ཡང་གསང་སྤྲུམ་མེད་ཀ་དག་ཁྱེགས་ཆོད།  
ལྷན་གྲུབ་ཐོད་ཀྲལ།

བྱུང་འདུག་ལམ་ཁྱིར་བཅས་སྟེན་ཆོས་མཛོས་ཆོས། རྟོག་གའི་ཆོག་གི་སྤྲུ་རིས་ཀྱི་  
དགག་བཞག་ནམས་བཏང་སྟོམས་སུ་བཞག་ནས། གོ་སྤྲུ་ཐབས་མི་ནག་གི་གོང་  
ཆོག་ལྷ་ལུང་བྲིས་པའི་ཡི་གེ་འདི་མཐོང་ནས་དད་པའི་ངེས་ཤེས་ཀྱིས་དང་དུ་ལེན་པ་  
དང་། འགལ་འདུ་ལོག་ལྷ་སྟོགས་ལྷུང་བྱུང་བ་སྤངས་སེམས་ཅན་གང་དག་གི་རྒྱུད་ལ་  
བྱུང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ནམ་པ་གཉིས་འབད་མེད་རྒྱུད་ལ་སྟེས་ཏེ། ལོ་ལྷ་ཅམ་

མམ་སྒྲིབ་པ་གཅིག་གིས་སངས་རྒྱལ་ནས་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་དོར་ནས་སྒྲིབ་པའི་  
རྒྱར་གྱུར་ཅིག་

ཡེ་མ། སྒྲིབ་མཆོད་ཀྱི་དཀར་འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཁར་དུ་མ་ཤོར། སྒྲིབ་དངོས་རྗེས་གསུམ་  
ཆར་བའི་སྒྲིབ་འདུན་གྱི་འབྲས་སུ། བ་མ་ཆོས་དང་ལྷན་པའི་བུ་རྒྱུད་དུ་སྒྲིབ་ནས། །  
བགྲང་བྱ་བཅུ་གཉིས་ལོན་ཆེ་བཤེས་གཉིན་གྱི་ཞབས་ཟེན། ལམ་བཟང་རྫོགས་པ་  
ཆེན་པོའི་ཐེག་པ་དང་འབྲད་དེ། འད་འབྱོར་སྒྲིབ་པོ་ལེན་འདོད་སྒྲིབ་ཤས་ཀྱི་བསྐྱལ་  
མ། །ཆེ་འདིའི་བྱ་བྱེད་མི་རྟག་བསྐྱུ་བྱིད་དུ་ཤེས་ཀྱང་། བྱེད་སྒྲིབ་དཀར་ནག་འབྲས་  
མའི་ལས་དབང་དེ་བཅོན་པས། ཆེ་འདིར་ཞེན་ལོག་འཁོར་བའི་རྩ་བ་ནི་མ་ཆོད། །  
པ་མ་ཆོག་སྒྲུ་མའི་བཀའ་ལུང་སྒྲིབ་པོར་རུ་བཅིངས་ཏེ། འཁོར་ཉེར་བརྒྱད་ནས་བཟུང་  
ཆོས་བཤད་དང་དབང་བསྐྱུར། ཟ་འདོད་རྟེན་ཆོལ་མིན་ངེས་དོན་གཉེར་གྱིས་འབད་  
ཀྱང་། བྱུ་མོང་བྱུ་མིན་གཏན་དབབ་གོ་སྒྲིབ་ཅན་དཀོན་པ། བསྐྱེད་རྫོགས་  
རྫོགས་ཆེན་རི་བཞིན་ཁྲིད་མཁན་དང་ཁྲིད་ཡུལ། ཀྱང་ལ་བརྟགས་ཀྱང་དེ་འདྲ་  
ཅམ་ལས་ནི་མི་འདུག ཁོ་གཉིས་ལོ་ལ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་སྐྱལ་བཟང་གི་འབྲས་སུ། རིག་  
འཛིན་མ་ཆོག་གི་རྗེས་ཆགས་རྩོུ་ཡི་རོལ་མོས། འོད་གསལ་རྫོགས་ཆེན་གཞི་  
ལམ་འབྲས་བཅས་ཀྱི་གོ་བ། ཁྱོ་རངས་དང་པོའི་སྤང་ཅམ་ངེས་ཤེས་ཞིག་རྟེན་  
མཐུས། རིས་མེད་བསྟན་འགྲོར་ལྷག་བསམ་གོང་འཕེལ་དུ་མངོན་བྱུང་། ཁྱུང་  
པར་ཕྱག་རྫོགས་བསྟན་པ་སྤྱ་ཉག་ལ་བསམ་ཆོ། སྒྲིབ་གཏམ་ཅལ་ཅལ་ཐོས་རྒྱུང་  
ལས་གསར་ལ་ཕན་ཆོད། རྣམ་གསུམ་ལྷག་སྒྲོད་ཀྱི་པོའི་ཀྱན་སྒྲོང་གིས་འཕང་སྟེ། །  
མདོ་སྟགས་ཕྱག་རྫོགས་སྤར་བྱོན་དམ་པ་ཡི་ཕྱག་རྗེས། ཀྱང་ཕན་ཁོལ་སྤྱང་བྱོགས་  
བསྐྱུས་ཉམས་ཁྲིད་དུ་བྱས་འདིར། མ་ཤེས་འགལ་འབྲལ་གང་ཡོད་དམིགས་མེད་  
དང་བཤགས་སོ། །

ལེགས་པའི་ཆ་མ་ཆོས་གྱུར་ན་ཁམས་གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན། ཐམས་ཅད་སྤྱ་མེད་  
བྱང་རྒྱལ་ཆེན་པོ་རུ་བསྟོན། རྒྱལ་བསྟན་སྒྲིབ་དང་ལམ་བཟང་འདི་ཉིད་རི་སྤྱིད་འཁོར་  
བའི་སེམས་ཅན་མ་སྒྲོང་པར། ཉེ་སྤྱིད་རྒྱལ་མེད་བསྟན་དང་བསྟན་འཛིན་དར་རྒྱས་

མཁའ་ལ་གཟའ་སྐར་ལྟར་བཀྲ་ཞིང་། །འགོ་ཀྱན་པན་བདེའི་དཔལ་ཡོན་རྫོགས་  
 ལྟན་དུས་སྟོན་ཟླ་བོར་གོང་ནས་གོང་འཕེལ་ཏེ། །མི་མཐུན་སྟོགས་ལས་རྣམ་པར་  
 རྒྱལ་ཞིང་བཀྲ་གིས་སྤང་བ་དམ་པ་རྟག་འཆར་ཤོག །ཅེས་འོད་གསལ་སྒྲུལ་པའི་རྩི་  
 རྩིའི་ཞལ་སྤྲ་ནས་ཕྱེ་བཙུན་སྟིང་ཐིག་གི་ཁྱད་པར་གྱི་ཁྲིད་ཡིག་གོ་སྤྱོད་གནད་འདུས་  
 ཤིག་གིས་ཤིག་ཅེས་པའི་བཀའ་ལུང་དང་། བྱང་གཏེར་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཆོན་ཟུར་  
 ཆེན་ཆོས་དབྱིངས་རང་གོལ་གྱི་ཡང་སྤྱིད། མཁུན་བཙེ་ཡེ་ཤེས་རྩི་རྩིའི་སྒྲུ་སྒྲུས་སྒྲུབ་  
 བསྟན་རྩི་རྩི་བཀྲ་གི་མཁན་ཟུར་དམ་པ་བསོད་ནམས་རྣམ་རྒྱལ་པས་དགོངས་པ་ཟང་  
 ཐལ་སྒྲུབ་མོང་སྒྲུབ་མིན་ཁྱད་པར་གྱི་ཁྲིད་ཡིག་གོ་སྤྱོད་གནད་འདུས་ཞིག་གི་དགོས་  
 ཞེས། དངོས་རྩིས་ཕྱག་རིང་བརྒྱུད་པའི་གནད་སྟིན་ལན་གསུམ་པར་རྒྱ་ཆེན་  
 བཅས་བསྒྲུལ་བ་དང་། ལམ་འདི་ལ་མོས་པ་ཆེ་བ་སྒྲུབ་བཙོན་བསྐྱེད་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་  
 གུ་རུ་སེའྲེའི་སྤྱོད་སྟོགས་ཟངས་གསེར་ཅན་གྱི་འདྲ་འབག་གི་སྤྱོས་བཅས་ཕྱེ་བཙུན་  
 སྟིང་ཐིག་གི་ཁྱད་པར་གྱི་ཁྲིད་ཡིག་འདྲི་དགོས་ཚུལ་བསྒྲུལ་བས་སྟེན་བྱས། ད་ལྟ་  
 རང་དང་ལམ་འདི་ལ་མོས་པ་རྣམས་དང་། མ་འོངས་སྐལ་ལྟན་རྣམས་ཀྱི་གདམས་  
 རག་གི་ལམ་མི་ནོར་བའི་བརྗེད་བྱང་ལྟ་བུ་ལ་དམིགས་ཏེ། རིས་མེད་རྒྱལ་བསྟན་  
 སྤྱི་དང་ལམ་འདི་སོགས་ཀྱན་གྱི་གལ་མཐར་འཁོད་པ་རིག་འཛིན་སྤྱོད་ཆོགས་རང་  
 གོལ་རུལ་དུ་འབོད་པའི་གདོལ་སྟོད་པ་དེས་རང་ལོ་དུག་ཅུ་ཅུ་དགུར་སོན་པའི་  
 ལྷགས་ཁྲི་སྟོན་ཟླ་ར་བ། ཕྱེ་བཙུན་སེའྲེ་དབང་ལྷག་འོད་ལུང་དུ་གཤེགས་པའི་ཆོས་  
 བཙུའི་དུས་མཆོད་ཉིན་རྫོགས་པར་བྲིས་པའི་ཡི་གེའི་འདུ་བྱེད་རང་སྟོབ་སྐལ་བཟང་  
 ཟླ་བ་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་བཀྲིས་ཏེ། རང་གནས་བཀྲ་གིས་དུང་དཀར་འབྲིལ་འདྲིའི་  
 རི་ཞོལ་འོད་གསལ་ཐིག་མཆོད་གྲིང་ནས་ལེགས་པར་སྟེལ་བས་སྟོན་པའི་གནས་  
 ཀྱན་དེ་དེ་བཞིན་དུ་འགྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག ། ॥

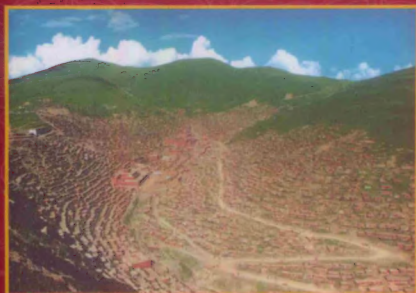


༥ ཡིག་སྒྲིག་དང་ཕྱིས་འཕུལ་བ།      དེ་སྒོར་ འཛིགས་མེད་བཤད་སྒྲུབ།  
ཁྱེད་ག་པ།      གསེར་གྲུ་ཐུབ་བསྟན་ཡེ་ཤེས།  
                 འཛིགས་མེད་བཤད་སྒྲུབ།



མི་གཉིས་ཀྱི་ཕྱི་རྒྱུག་པ་འདི་དཔེ་ཆའི་ནང་དུ་བཞག་ན་དཔེ་ཆ་དེར་ཅི་འདྲར་  
བཞག་མས་གུང་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བར་འཇམ་དཔལ་ཅུ་རྒྱུད་ལས་གསུངས་སོ། །





༡༡། །སྟོན་པའི་དམ་ཚུལ་རྣམ་གཉིས་ཏེ། །  
ལུང་དང་རྟོགས་པའི་བདག་ཉིད་དོ། །  
དེ་འཛིན་བྱེད་པ་སྤྲེལ་བྱེད་དང་། །  
སྤྲེལ་པར་བྱེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན། །